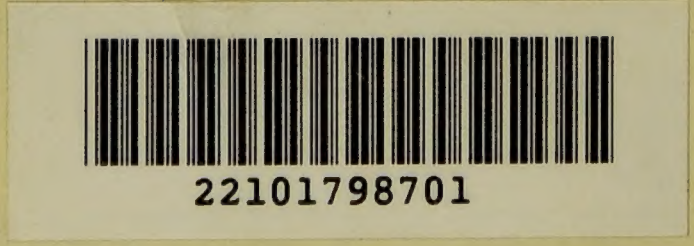
Siegfried Simon
132 D 1907
22101798701



W. List
Bn. Aust.
II. 1892.

Lehrbuch

der

naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde (Naturheilkunde).

Ratgeber

zur Heilung von Krankheiten und zur Erhaltung der Gesundheit.

Für Gesunde und Kranke,
Für Männer und Frauen,
Für Gelehrte und Nichtgelehrte,
Für Ärzte und Nichtärzte.

Von

Gustav Voigt, Anatom

Doktor der Medizin, der Chirurgie und der Geburtshilfe.

Leipzig 1891.

M. Voigt, Verlag, Südstraße 69.

Alle Rechte vorbehalten!

M17606

WELLCOME INSTITUTE LIBRARY
Coll. welMOmec
Call No. WB935 1891 V891

Inhaltsverzeichnis.

I. Teil.
Das arzneilose Heilverfahren im Allgemeinen.

Seite

I. Was ist Gesundheit? 328
II. Was ist Krankheit? 330
III. Der Heilapparat der arzneilosen Heilkunde:

A. Das Wasserheilverfahren.

a) Das Wasserheilverfahren im Allgemeinen 333
b) Die einzelnen Anwendungsformen des Wassers.
Abhärtung 11. — Abreibungen, feuchte 504. — Armbäder 14. — Augenbäder 16. — Ausspülen von Mund und Nase 19. — Bäder 21. — Beinbäder 25. — Dampfbäder 61. 437. — Douchen 86. — Einpackungen 90. 437. — Einschlürfungen 90. 325. — Einspritzungen [Nase, Ohren, Mastdarm, Geschlechtsteile] 91. — Flußbäder 129. — Fußbäder 132. — Ganz- oder Vollbad 335. 339. — Ganzwaschungen 344. 504. — Ganzpackungen 437. — Halbbäder 337. 340. 344. 348. — Klystiere 254. 341. 349. — Nasendouche 90. 325. — Regenbäder 394. — Seebäder 440. — Sitzbäder 340. 344. — Taubäder 474. — Tropfbäder 479. — Übergießungen 25. 480. — Umschläge 480. — Abwaschungen 12. — Wellenbäder 530. —
c) Das entzündungswidrige Verfahren 339
d) Das erregende oder stärkende Verfahren 341
e) Das ableitende oder beruhigende Verfahren 346

B. Der diätetische Heilapparat.

a) Nahrung und Nahrungsmittel 352
b) Die Diät 63
c) Die Anwendungsformen der Diät.
1. Die entzündungswidrige Diät 356
2. Die erregende Diät 356
3. Die stärkende Diät 356
4. Die umstimmende Diät 357

C. Der mechanische Heilapparat 358

D. Sonstige Heilmittel des arzneilosen Heilverfahrens. 359
Die Luft. — Das Licht. — Die Wärme. — Die Kälte. — Der Durst. — Die Ruhe. — Die Wohnung. — Die Kleidung. — Der Magnetismus. — Die Elektrizität (S. 93). — Der Schmerz. — Der Wille. —

E. Besondere Abhandlungen.

Die Behandlung des Fiebers 119
Die Behandlung der Entzündungen 107. 210
Die Philosophie der Heilung 548
Die Mission des Arztes 558

II. Teil.

Spezielle Krankheitslehre.

I. Gehirnkrankheiten.

A. Die Krankheiten des Gehirns und seiner Häute.

Seite

Einiges über Bau und Verrichtung des Gehirns 199
Erkennungsmerkmale der Krankheiten des Gehirns 201
Blutüberfüllung des Gehirns; Congestion 60. 206. 259
Blutleere des Gehirns und seiner Häute, Ohnmacht, Betäubung . . . 26. 205. 379
Gehirnentzündung 207
Hitziger Wasserkopf 213
Entzündung der harten Hirnhaut 212
Schlagfluß; Blutschlagfluß 34. 214
Entzündung der Hirnsubstanz, Gehirnerweichung 216
Gehirnerweiterung 216
Verstopfung der Hirnschlagadern 215
Wasserkopf 513
Wassersucht der Hirnsubstanz 214. 515
Hirnschwund 215
Gehirn- und Gehirnhautgeschwülste 213
Geistige Leiden 31. 39. 60. 145. 317. 325. 394

B. Die Krankheiten des Rückenmarks und seiner Häute.

Blutüberfüllung des Rückenmarks und seiner Häute 405
Rückenmarksschlagfluß 406
Entzündung des Rückenmarks und seiner Häute 406
Rückenmarksdarre, Rückenmarksschwindsucht 403
Wasseransammlungen im Rückenmark 406

C. Nervenkrankheiten.

Nervenkrankheiten im Allgemeinen 374
Nervenentzündung 374
Nervenschmerzen (Neuralgieen) 376
a) Gesichtsschmerz (Fothergill'scher — Tic douloureuse) 153
b) Kopfkrampf (Migräne, nervöser Kopfschmerz) 262
Nervenschwäche 376
Nervenschwindsucht 378
Schmerz in den Lenden und Unterleibsnerven 290
Hüftschmerz 221
Nervenschlagfluß 375
Hypochondrie 229
Veitstanz 489
Starrkrampf 454
Hysterie 232
Starrsucht 455
Schlafsucht 416
Fallsucht, Böses Wesen, Epilepsie 108
Eklampsie (Gichtern, Gefräß) 92. 268
Krämpfe 266
a) Gesichtskrampf 266
b) Hals- und Nackenkrampf 267
c) Schreibekrampf 267
d) Wadenkrampf 267
Lähmungen in den Bewegungsnerven 281
a) Gesichtslähmung 281
b] Zungenlähmung 282
c) Kinderlähmung 282

II. Krankheiten der Verdauungswerkzeuge.

Seite

Einiges über Bau und Verrichtung der Verdauungswerkzeuge 298

A. Krankheiten des Mundes und der Speiseröhre.

Katarrh der Mund- und Schlundhöhle 323
Die Halsentzündungen:
a) Die Mandelentzündung (Mandelbräune) 310
b) Die heutige Bräune des Rachens (Croup des Rachens) 36
c) Die brandige Bräune des Rachens (Diphtheritis, Diphtherie) . . . 70
d) Unterscheidungsmerkmale der verschiedenen Halsentzündungen . . . 85
Aphthen 13. 420
Speichelfluß 450
Schwämmchen (Soor) 85. 420
Uber Mundgeruch 15. 322
Zungenentzündung 545
Zungenkrebs 547
Ohrspeicheldrüsenentzündung 25. 380
Zahnkrankheiten 536
Speiseröhrenentzündung 451
Fremde Körper im Schlundkopfe oder in der Speiseröhre 451
Verengerung der Speiseröhre 451
Speiseröhrenkrebs 451

B. Krankheiten des Magens.

Fieberhafter (akuter) Magenkatarrh. Dyspepsie, gastrisches Fieber, gastrischer Zustand 13. 89. 111. 135. 137. 306
Chronischer Magenkatarrh 306
Magenentzündung 303
Magengeschwüre 305
Magenkrebs 309
Magenruhr 310
Magenkrampf, Magenschmerz, Magenweh 308
Magenblutung 302
Magengicht 306
Unterscheidungsmerkmale verschiedener Magenkrankenheiten 308

C. Krankheiten des Darmkanals.

Fieberhafter (akuter) Damkatarrh (Cholerine) 59
Kotgeschwulst 266
Erschwerte oder aufgehobene Durchgängigkeit des Darmes, Darmverschlingung, Darmeinstülpung, Koterbrechen, Miserere 265
Aftervorfall 12. 317
Hämorrhoiden — goldene Ader 12. 173
Darmentzündung 61
Darmkrebs 278
Darmschwindsucht 435
Bauchspeicheldrüsenentzündung 25
Drüsen (Unterleibsskrophulose) der Kinder 483
Darmkolik 63
Blähsucht, Aufblähung, Trommelsucht 27. 479
Stuhlverstopfung (chronische) 459
Durchfall, Abweichen 63. 87
Brüche 44. 483
Eingeweidewürmer (Tierische Parasiten) Askariden 15. 25. 90. 125
Trichinenkrankheit 474
Gekrösdrüsenentzündung 145
Gekrösdrüsenschwindsucht 145

D. Krankheiten des Bauchfelles.

Seite
Unterleibskrankheiten im Allgemeinen 485
Unterleibsentzündung (Bauchfellentzündung) 25. 483
Bauchwassersucht 25
Bauchgrimmen 25

E. Krankheiten der Leber.

Leberkrankheiten 286
Blutüberfüllung der Leber 287
Leberentzündung 284
a) Syphilitische Leberentzündung 285
b) Lebererweiterung (Abscess) 285
Leberkrebs 288
Fettleber 288
Speckleber 288
Gelbsucht 146

F. Krankheiten der Gallenwege.

Katarrhalische Entzündung der Gallenwege (Gallenfieber) 133
Gallensteinkolik 134
Gallenkrankheiten 134
Gallensteine 135

III. Die Krankheiten der Harnorgane.

Einiges über Bau und Verrichtung der Harnorgane 186

A. Krankheiten der Nieren.

Nierenentzündung 379
Eiweißharnruhr (akute), Bright'sche Nierenentzündung 181
Nierengicht 379

B. Krankheiten der Harnblase.

Harnblasenentzündung 178
Harnblasenentzündung, katarrhalische 179
Harnblasenblutungen, Blutharnen 33. 178
Harnblasensteinkrankheiten 181. 182
Unempfindlichkeit und Überempfindlichkeit der Blase (nächtliches Bettnässen) 176. 185
Harnblasenlähmung 180
Harnblasenkrampf 180

IV. Die Krankheiten des Blutkreislaufes und seiner Organe (des Herzens und der Adern).

Einiges über Bau und Verrichtung des Herzens und der Blutgefäße . . 194. 198

A. Krankheiten des Herzbeutels.

Entzündung des Herzbeutels 195
Herzbeutelwassersucht 195

B. Krankheiten des Herzens.

Entzündung der inneren Auskleidung des Herzens (Endokarditis) 196
Entzündung des Herzfleisches 196
Krankheiten der Herzventile und deren Folgen 197
Herzerweiterung 196
Herzverfettung 198
Nervöses Herzklopfen 198
Herzkrampf (Brustbräune) 198

C. Krankheiten der Blutadern und Lymphgefäße.

Seite
Blutadergeschwülste, Aneurysmen 12
Blutaderweiterung (Krampfadern, Krampfadergeschwür) 13. 31
Lymphgefäße und Lymphdrüsenentzündung 298
Blutentziehung 32
Blutstillungsmittel 34
Blutflüsse 32
Blutverderbnis 35
Kongestionen 60

V. Krankheiten der Atmungswerkzeuge.

Einiges über Bau und Verrichtung der Atmungswerkzeuge 236

A. Krankheiten der Nase.

Nasenbluten 325
Schnupfen (Katarrh der Nasenschleimhaut) 236
Nasenpolypen 388

B. Krankheiten des Kehlkopfes.

Fieberhafter Katarrh der Kehlkopfschleimhaut 170
Chronischer Katarrh der Kehlkopfschleimhaut 170. 249
Häutige Bräune (Croup) 36
Wassersüchtige Anschwellung der Stimmritze (Ödem) 457
Stimmritzenkrampf 457
Stimmlosigkeit (Lähmung der Stimmbänder) 456
Stottern 458
Stammeln 453

C. Krankheiten der Schilddrüse.

Kropf 70. 279

D. Krankheiten des Brustfelles.

Brustfellentzündung, Eiterbrust 47. 91
Brustschmerzen 50
Brustwassersucht 51
Luftansammlung in der Brusthöhle außerhalb der Lungen 290

E. Krankheiten der Luftröhre (Trachea) und ihrer Verzweigungen (Bronchien).

Fieberhafter Luftröhrenkatarrh 171
Chronischer Luftröhrenkatarrh 172
Luftröhrenschwindsucht 292
Grippe 167
Erweiterung der Luftröhrenzweige 173
Croupöse Entzündung der Luftröhrenschleimhaut 173
Keuchhusten (Stickhusten) 249. 455
Brustkrampf (Asthma) 15
Brustbräune 46
Brustkongestionen 46

F. Krankheiten des Lungengewebes.

Luftleere der Lunge 291
Bluthusten 33. 34
Croupöse Lungenentzündung 292
Katarrhalische Lungentzündung 248
Lungenschwindsucht 294

Seite
a) Chronische, katarrhalische (fäsige) Lungenentzündung 294
b) Lungentuberkulose (akute und chronische) 294
Abzehrung 12
Lungengicht 293

VI. Krankheiten der Geschlechtsorgane.

Einiges über Bau und Verrichtung der Geschlechtsorgane 148
Brüste 47
Selbstbefleckung 441
Venerische Krankheiten.
a) Bubonen 51
b) Der Tripper (Eicheltripper) 89. 324. 476
c) Der Schanker 409
d) Die Syphilis 463
Samenergießungen (Impotenz) 234
Pollutionen 386
Hoden und Samenkrankheiten 217. 218
Eierstockwassersucht 90
Eierstockentzündung 89
Gebärmutterpolypen 143
Weißer Fluß (Chronischer Gebärmutterkatarrh) 523
Gebärmutterkrebs 143
Entzündung der Gebärmutter 142
Lageveränderungen der Gebärmutter.
b) Knickungen der Gebärmutter 142
c) Gebärmuttervorfall 144
Regelwidrigkeiten in der Periode:
a) Verhaltung der Periode 319
b) Erschwerte Periode 319
c) Zu reichliche Periode 319
Mutterblutfluß 141. 319
Scheidenentzündung 415
Geschwülste der Brustdrüsen 50
Unfruchtbarkeit 480

VII. Krankheiten der Schwangerschaft und des Wochenbettes.

Beschwerden und Krankheiten der Schwangerschaft 421
Das Verhalten bei fehlerhaften Geburten 12. 115
Die Krankheiten des Wochenbetts 428
a) Gebärmutterentzündung 428
b) Kindbettfieber 91. 250. 429
c) Leiden der Brustdrüse und der Brustwarze 430
d) Eiterbrust, Empyem 91. 106
e) Weiße Schenkelgeschwulst 430

VIII. Krankheiten und Gebreste der Neugeborenen.

1. Die Rose 433
2. Die Augenentzündung 433
3. Der Scheintod 415. 432

IX. Krankheiten der Haut und des Unterhautzellengewebes.

Erkennungsmerkmale der Krankheiten der Haut 187
Hautkrankheiten 190. 191
Hautausschläge im Allgemeinen 187. 189
Haut und Unterhautzellgewebsentzündungen, Rose 402
Furunkel, Carbunkel, Zellgewebsentzündung 124. 236

Seite

Trockene Knötchenausschläge, die also weder eitern, noch nässen (Knötchenflechte, Juckblattern, Hautjucken) 130. 189. 255
Bläschenausschläge (Bläschenflechte, Ausschlag) 27. 187
Aufsprung 13. 261
Blasenausschläge mit eitrigem Inhalt (Nässender Grind) 91. 188
Schuppenausschläge, Kleienflechte, trockene Schuppenflechte, Fischschuppenflechte 125. 126. 128. 420.
Quaddelausschläge (Nesselsucht) 378
Hautblutunterlaufungen (Petechien) 380
Fressende Flechten (Fressender Wolf) 530
Aussatz (Griechische Elephantenkrankheit) Lepra 19
Krankheiten der Talgdrüsen (Übermäßige Talgabsonderung, Hirsekornknötchen, Mitesser, Finnen) 124. 125
Akne 472
Gürtelrose 162
Abnormitäten in der Färbung der Haut (Sommersprossen) 449
Leberflecken, Muttermal 117. 286
Neubildungen in der Hornhaut (Schwielen, Hühneraugen, Warzen) 225
Verbrennung der Haut 490
Erfrierung der Haut 111
Insektstiche 27. 235
Hautkrankheiten durch Schmarotzer:
a) Krätze 277
b) Erbgrind 111. 166. 261
d) Haarscheerender Grind 166
Haarkrankheiten.
Haarausfallen, Kahlköpfigkeit, Weichselzopf 168. 521

X. Krankheiten der Bewegungsorgane.

A. Rheumatismus.

Rheumatismus der Lendenmuskeln (Hexenschuß) 290
Muskelrheumatismus 395
Akuter Gelenkrheumatismus (Rheumatische Gelenkentzündung, Fliegende Gicht, Hitziges Gliederweh) 261. 396
Chronischer Gelenkrheumatismus 397

B. Gelenkentzündung.

Entzündung des Hüftgelenks, Gelenkschwäche 147
Entzündung des Kniegelenks 254
Knieschwamm 254
Entzündung des Fußgelenks 395

C. Knochenleiden.

Hitzige Knochenhautentzündung 255
Knochenfraß 26. 255
Beinbruch 26
Fingergeschwür 324
Rückgratverkrümmungen 446

XI. Allgemeine Ernährungsstörungen.

Blutarmut, Darrsucht (Atrophie) 63
a) Bleichsucht 28
b) Weißblütigkeit (Leukämie 522
Scharbock (Skorbut) 439
Schwindsuchten, Auszehrung 435
Zuckerharnruhr, Zuckerkrankheit 543

Seite
Verschleimung 500
Gicht (Podogra) 157. 261
Wassersuchten 514
Drüsenkrankheit (Skrophulose) 446
Englische Krankheit (Rhachitis, Zweiwuchs) 106
Fettsucht 118
Krebs (vergl. auch die einzelnen Organe) 278
Kachexien 235

XII. Epidemische Krankheiten.

Über Epidemien im Allgemeinen 108
Krankheiten durch Tiergifte:
a) Wutkrankheit, Wasserscheu 226
b) Milzbrandkarbunkel (Anthrax) Blutbrand 31
Krankheiten durch Miasmen (Miasmatische Krankheiten):
a) Wechsel- (Gelbes) Fieber 145. 518
Miasmatisch kontagiöse Krankheiten:
a) Brandige Rachenbräune (Diphtheritis) 70
b) Ruhr 407
c) Asiatische Cholera 51
d) Brechruhr 44
e) Typhus (Nervenfieber) 367
aa) Fleckfieber
bb) Unterleibstyphus } ebenda.
cc) Rückfallfieber
dd) Pest (Bubonenpest) 27
Kontagiöse Krankheiten:
a) Scharlachfieber 410
b) Masern 311
c) Röteln 403
d) Pocken (Blattern) 381
e) Varioliden 488
f) Schweißfriesel, Weißer Friesel, Englischer Schweiß 130

XIII. Augenkrankheiten.

Augenschmerzen 18
Augenkrankheiten 18
Augenschwäche 18
Augenentzündungen 16
Thränenfistel 475
Grauer Staar 452
Schwarzer Staar 453
Gerstenkorn 147
Hagelkorn 169
Blindheit 30

XIV. Krankheiten der Gehörwerkzeuge.

Ohrenkrankheiten 380
Gehörverlust 144
Taubheit 473
Schwerhörigkeit 435

XV. Vergiftungen.

Vergiftungen im Allgemeinen 491
Alkoholvergiftung (Betrunkenheit) 26. 409. 494
Arsenikvergiftung 495

Seit
Blei[illegible]g 30. 229. 496
Blutv[illegible]ng 497
Phosp[illegible]giftung 498

XVI. Unglücksfälle.

Blitzgetroffene 30
Erhängte 113
Erstickte 113
Ertrunkene 113
Scheintod 415

III. Teil.

Gesundheitslehre.

Die Lehren über die Erhaltung der Gesundheit und Verhütung der Krankheiten finden sich in dem alphabetisch geordneten Lehrbuche überall bei den betreffenden Leiden angegeben; desgleichen bei denjenigen normalen Zuständen des menschlichen Körpers, welche, wie z. B. die Geburt, die Menstruation vom Standpunkte der arzneilosen Heilkunde nicht als Krankheit betrachtet werden und deshalb im vorliegenden Werke wohl enthalten, aber im II. Teile des Inhaltsverzeichnisses nicht mit aufgeführt worden sind.

Berichtigung:

Nach Seite 524 ist durch Versehen gleich Seitenzahl 529 gedruckt worden; jedoch es fehlt nichts.

Vorwort.

Motto: An der Hand der Natur kann man sich nie verirren.

Wer nicht das Edelste seines Körpers, die Gesundheit, verscherzen oder die Sorge hierfür Anderen überlassen will, obschon er doch für viele Kleinigkeiten, die weit weniger geeignet sind, das wahre Wohl der Menschen zu befördern, ängstliche Besorgniß hegt, wer sich also selbst beobachten und sein eigener Rathgeber und Helfer in dieser höchst wichtigen Angelegenheit sein will, der lese das vorliegende Werkchen, das Ergebniß der Lehren und Heilgrundsätze der Naturheilkunde und der zwanzigjährigen ärztlichen Beobachtungen und Erfahrungen

des Verfassers.

Volksverständliche Gesundheitspflege (Hygieine)
und
arzneilose Heilweise (Naturheilkunde).

Das Streben nach allgemeiner Bildung ist in der Gegenwart größer denn je. Wie stark auch die materielle Genußsucht heutigen Tages überall hervortritt, so ist doch eine kraftvolle Gegenströmung unverkennbar. Auch auf dem Gebiete der persönlichen Gesundheitspflege regen sich die Geister gewaltig und Niemand will in dem edlen Wettbewerb zurückbleiben, die Grundbedingungen der Gesundheit, also eines unserer höchsten Güter, kennen zu lernen.

Jahrhunderte hindurch war der große Irrthum populär und achtungswerth gemacht worden, daß die Ursachen aller Krankheiten und Bresthaftigkeiten außer uns zu suchen seien, daß es sich also beim Gesund- und beim Kranksein lediglich um Schickungen von oben herab handle, daß also Gesundheit ein „Geschenk", Krankheit eine „Heimsuchung" des Himmels sei.

In unserer Zeit hat man jedoch die Meinung aufgegeben, die Ursachen von Gesundheitsstörungen ausschließlich außer uns zu suchen. Man hat vielmehr erkannt, daß die eigentlichen Krankheitsursachen in den allermeisten Fällen in einer nicht naturgemäßen oder selbst naturwidrigen Lebensweise, in üblen oder selbst lasterhaften Gewohnheiten, in den mit unserem Berufe mehr oder weniger unzertrennlich verbundenen, gesundheitswidrigen Einflüssen, in dem abstumpfenden schädlichen Uebermaße leiblicher und geistiger Genüsse, und in einer immer allgemeiner auftretenden Verweichlichung zu suchen seien.

Von Tag zu Tag wird daher die Erkenntniß immer allgemeiner, daß der schlimmste Feind unserer leiblichen und geistigen Gesundheit die Unkenntniß unserer leiblichen und geistigen Natur ist und daß sie allein es verschuldet, wenn bisher in Gesundheitsfragen Vorurtheile, Irrthümer, medizinische Irrlehren und Arzneiaberglaube die schlimmste Form von Thyrannei über die Geister und Gemüther der Menschen ausübten. Deßhalb bereitet sich auch gegenwärtig die menschliche Familie darauf vor, ihr leibliches Heil nicht mehr wie bisher ausschließlich in die Hände Anderer zu legen, sondern sich von zahlreichen leiblichen Krankheiten und Gebrechen mit eigener Hand zu erlösen, und vor allen Dingen auch Krankheiten verhüten zu lernen.

Der Wunsch, eine dauerhafte Gesundheit, also eines der höchsten menschlichen Güter, zu besitzen, sich dieses Gut zu erhalten und auf diese Weise ein gesundes und glückliches Alter zu erreichen, war zu allen Zeiten ziemlich allgemein. Diesem Schatze einer vollkommenen und dauerhaften Gesundheit

wurde deßhalb auch eifrigst nachgegraben. Die Scheidekünstler und Alchemisten vergangener Jahrhunderte suchten nicht bloß die Kunst des Goldmachens, sondern auch ein Lebenselixir, eine Universalmedizin zu entdecken, welche Gesundheit und langes Leben verleiht. All' ihr Suchen und Forschen war natürlich vergeblich. Von jener Zeit her hat sich nun aber der Glaube im Publikum erhalten und von allen Denen, die ein Interesse daran hatten, ist dasselbe in diesem Glauben unterstützt worden, daß es dem Pflanzen-, dem Thier- oder dem Mineralreiche entnommene oder mit Hilfe der Chemie hergestellte Stoffe (Arzneistoffe) gibt, die im Stande sind, Gesundheit zu verleihen und die verlorene Gesundheit wieder zu geben, also Krankheiten zu heilen. Wäre dies in der That so, d. h. könnte man in den Apotheken Gesundheit kilogramm- oder literweise kaufen, so würden die Herren Millionäre sicherlich allen davon vorhandenen Vorrath aufkaufen und es würde für das gesammte übrige Publikum wenig oder gar nichts übrig bleiben. —

Unserer Zeit war es nun vorbehalten, die Erkenntniß zu gewinnen, auf welche Weise wir uns gesund erhalten können, und wie wir die Gesundheit, wenn sie durch Umstände, die außer unserer Macht liegen, wankend geworden, oder verloren gegangen ist, durch **naturgemäße** Mittel wieder erfolgreich befestigen, beziehentlich wieder gewinnen können.

Die volksverständliche Gesundheitspflege

ist es nun, welche die größte und segensreichste ärztliche Kunst, nämlich die Kunst lehrt, durch eine natur- und vernunftgemäße Lebensweise unsere Gesundheit zu erhalten, zu stärken und zu befestigen und auf diese Weise **Krankheiten zu verhüten.**

Wie viel Krankheitselend und Siechthum und wie viel hieraus entstehender Jammer, wie viel Schmerz und wie viele Thränen und überhaupt wie viel Unglück wird aus der Welt verschwinden, wenn eine naturgemäße, volksverständliche Gesundheitspflege Gemeingut geworden sein wird.

Was lehrt uns nun die naturgemäße Gesundheitspflege? Sie lehrt uns, daß das Fundament alles leiblichen und geistigen Wohlbefindens, die Grundbedingung einer guten und dauerhaften Gesundheit (Constitution) ist. Es kann daher keine schönere und segensreichere Bethätigung wahrer, elterlicher Liebe gedacht werden, als seinen Kindern in einer guten und gesunden Constitution (Leibesbeschaffenheit) den herrlichen Schatz einer guten und dauerhaften Gesundheit zu vererben. Alle Eltern sollten fortwährend der Thatsache eingedenk sein, daß sie ein großes und nie zu sühnendes Unrecht an ihrer Nachkommenschaft begehen, wenn sie ihren Kindern eine kranke oder sieche Leibesbeschaffenheit (Constitution) vererben und ihnen dadurch ein krankes oder sieches und somit ein elendes Dasein aufbürden.

Wie oft wird aber gerade gegen diese erste und wichtigste Pflicht der Eltern gesündigt, indem die Mehrzahl der Kinder Sprößlinge des Zufalls sind, erzeugt im Zustande körperlicher Ermüdung, nach harter

Tagesarbeit, im Zustande geistiger oder körperlicher Erschöpfung, erzeugt in Kummer, Gram und Sorge, erzeugt im Zustande der Angst und Verzweiflung, ja, bisweilen sogar im Zustande mehr oder minder starker Berauschung. Solchen Frevel an den strengen aber immer gerechten Gesetzen der Natur rächt sich jedoch durch vorzeitige Geburten, durch Todtgeburten und durch frühzeitige Sterblichkeit und durch große Lebensschwäche der Nachkommenschaft, ferner durch abzehrende Krankheiten, durch Krämpfe und durch andere Nervenleiden und durch Geistesschwäche in allen Graden, bis hinab zur Nacht des vollständigen Blödsinns

Auch müssen die Mütter viel allgemeiner als es zur Zeit geschieht, ihre Kinder schon vor der Geburt erziehen und mit allem erdenklichen Eifer, dessen die Mutterliebe fähig ist, alle heftigen Gemüthsbewegungen möglichst vermeiden und die unvermeidlichen, ebenso wie alle unreinen und unmäßigen Begierden, beherrschen, damit nicht die unter dem Herzen ruhende Leibesfrucht schädlich beeinflußt und weiterhin gleich von Anbeginn als Sklave unreiner und unmäßiger Begierden geboren werde.

Alle Mütter müssen daher in Zukunft auch lebhaftes Mitleid mit ihren noch ungeborenen Kindern empfinden, da zahlreiche Kinder bereits vor ihrer Geburt lieblos, unverständig, ja selbst unbarmherzig behandelt werden, also zu einer Zeit, wo dieselben nicht im Stande sind, durch schmerzliche Wehklagen oder durch eine bittende Gebärde die unverständige oder lieblose Mutter zu ihrer Pflicht zurückzurufen! — —

Oder ist es nicht erfolgversprechend, wenn die Mütter bereits ihre noch ungeborenen Kinder schon zu einer Zeit leiblich und geistig wohlthätig beeinflussen, wo dieselben noch durch ein materielles Band (die Nabelschnur) mit dem mütterlichen Körper verknüpft sind, zu einer Zeit, wo die Gemüthsverfassung und der Seelenzustand der Mutter ein mächtiges Hilfsmittel abgeben, um den kindlichen Organismus harmonisch zu veranlagen, da derselbe zu dieser Zeit, sowohl in seiner körperlichen wie geistigen Veranlagung noch nach Gestaltung ringt, diese Periode also vor der Zeit des eigenmächtigen Denkens und Handelns des Kindes liegt. Die Thatsache ist ebenso unbestreitbar als beklagenswerth, daß zahlreiche, noch ungeborene Kinder an ihrer Gesundheit und an ihrem zukünftigen Wohlbefinden durch die natur- und gesundheitswidrige Lebensweise unverständiger oder liebloser Mütter großen Schaden erleiden. Eltern sollten daher schon vor der Geburt ihrer Kinder in derselben Art empfinden, denken, wollen und handeln als sie wünschen, daß ihre noch ungeborenen Kinder dereinst denken und handeln sollen. Es ist an der Zeit, für die zahlreichen angeborenen Leiden und Brechhaftigkeiten (Gebreste) nicht mehr wie bisher den Himmel verantwortlich zu machen, sondern die Ursachen und Urheber derselben auf Erden zu suchen. Es gibt eine ewige Vergeltung auf Erden, denn jede Versündigung an den unverbrüchlichen Gesetzen der Natur zieht unvermeidlich die entsprechenden Folgen nach sich und deßhalb ruft uns

die naturgemäße und volksverständliche Gesundheitspflege

zu: **Kehret zur Natur zurück!** Ferner lehrt uns dieselbe:

eine naturgemäße Ernährung und Pflege der Säuglinge,

gegen welche zur Zeit ebenso häufig als allgemein gesündigt wird; ist es doch schon soweit gekommen, daß die naturgemäßeste Quelle für die Ernährung der Säuglinge, die Mutterbrust, auch selbst in Fällen, wo sie gereicht werden könnte, sozusagen unmodern geworden ist. Anstatt einer naturgemäßen Nahrung gießt und löffelt man dem zarten Organismus des Säuglings alles Mögliche und Unmögliche ein, denn, sagt man sich, die sogenannten Muttermilchsurrogate sind ja ärztlich geprüft und empfohlen und unter chemischer Beihilfe hergestellt, und Aerzte und Chemiker müssen doch am besten wissen, welche Art von Nahrung dem Säugling am zuträglichsten und gesündesten ist. Die naturgemäße Gesundheitspflege sagt dagegen:

Was die Natur nicht weiß, das weiß Niemand

Und was die Natur nicht vermag, das vermag Niemand!

Aber nicht genug, daß man den Magen der Säuglinge zum Versuchsobjekte aller möglichen Ernährungsspröbeleien macht und ihn dadurch nur zu oft in naturwidriger Weise behandelt und mißhandelt, nein, die naturwidrige Behandlung des Säuglings hatte sich bereits bis zu der Unnatur gesteigert, daß z. B. ein Medizinprofessor in seiner Anleitung zur Pflege des Säuglings den quacksalberischen Rathschlag gab, den Kindern schon vom zartesten Kindesalter an bittere Medizin zu geben, damit sie sich möglichst frühzeitig an das Einnehmen von Arzneien gewöhnen*. Diejenigen Mütter dagegen, welche sich — und das ist heiligste Mutterpflicht, — über die naturgemäße Ernährung und Pflege ihrer Kinder unterrichten wollen, werden allerdings eines Anderen und Besseren belehrt werden, wenn sie einige diesbezügliche Schriften der volksverständlichen Gesundheitspflege zur Hand nehmen**.

Als anderweitige Grundbedingung einer naturgemäßen Lebensweise und der hierdurch gegebenen dauerhaften Gesundheit macht die volksverständliche Gesundheitspflege geltend:

Das Athmen einer frischen und reinen Luft.

Wie der Fisch ein auf frisches und reines Wasser, so ist der Mensch ein auf frische und reine Athmungsluft angewiesenes Geschöpf. Tage, ja Wochen lang kann er ohne Nahrung sein, ohne Luft dagegen keine einzige Minute. Die reine frische Luft ist es, welche bei jedem Athemzuge das Blut durch den Zutritt von Lebensluft in dasselbe auffrischt und wieder

---

* Jörg, Prof. Lehrbuch für Hebammen.

** Meltzer, die richtige Behandlung der Kinderkrankheiten 2. Aufl. 1. M. 20 Pf.
Gerke: Die Krankheiten und Geburten der Kinder. 7. Aufl. 1. M.
Voigt, Dr.: Die Diphtheritis, ihre Entstehung, Verhütung und naturgemäße Heilung ohne Anwendung von Arznei. Preisgekrönte Schrift.

lebenskräftig macht. Bei längerem Athmen in einem geschlossenen Raume wird diese Athmungsluft durch das, was der Mensch ausathmet, untauglich, ja, direct schädlich für Leben und Gesundheit. Deßhalb lautet auch eins der ersten und höchsten Gebote der naturgemäßen Lebensweise.

Athme tief und athme rein!

denn hierdurch allein schon werden zahlreiche Krankheiten und Siechthümer verhütet. Ja, wir sind Alle „Kinder der Luft", auf die wir ebenso angewiesen sind, wie der Fisch auf das Wasser. Die Luft ist aber nur dann, wenn sie rein d. h. ohne fremdartige und schädliche Beimischungen (wie Staub, Rauch, üble Dünste, schädliche Gase, luftförmige Fäulnißstoffe u. s. w.) ist, ein Lebenswecker, ein Lebenserhalter, ein Lebensodem.

Wenn wir daher unsere Wohn- und Schlafräume nicht oft genug und nicht hinreichend genug lüften, so leben wir in unserem eigenen oder auch noch von Anderen ausgeathmeten Unrath und dieser luftförmige Unrath bleibt auch dann noch Unrath, wenn wir ihn durch Blumenduft, durch Räucherungen und überhaupt durch Wohlgerüche irgend welcher Art wohlriechend machen. Jeder denkende und fühlende Mensch empfindet ein menschliches Rühren, wenn er sieht, wie ein Fisch anstatt lebensfroh in seinem reinen Lebenselement zu schwelgen, in einem mit trübem und schmutzigem Wasser erfüllten Tümpel qualvoll um's Dasein ringt. Aber wie so Viele haben kein Mitleid mit sich selbst, um sich aus der gesundheitswidrigen und unwürdigen Verschmutzung der Stubenluft, die sie athmen, zu erlösen. In jedem schlecht gelüfteten Wohn- und Schlafraume liegt aber ein äußerst bösartiges Wurm beständig auf der Lauer, genannt „Stubensiechthum", ein Wurm, der langsam aber beständig an unserem Wohlbefinden und an unserer Gesundheit nagt.

Des weitern unterrichtet uns die volksverständliche Gesundheitspflege über eine

naturgemäße Ernährungsweise,

also über die richtige Auswahl von Speise und Trank! denn auch hierin liegt eine Grundbedingung der leiblichen und geistigen Gesundheit. Es ist eine nicht wegzuläugnende Thatsache, daß Kränklichkeit und Schwächlichkeit immer weitere Schichten der Bevölkerung ergreifen und die Widerstandskraft gegen Krankheiten aller Art beständig im Abnehmen begriffen ist. Der Grund hiervon liegt hauptsächlich in einer mangelhaften, fehlerhaften oder überhaupt naturwidrigen Ernährungsweise und in der Verweichlichung von Körper und Geist. Um sich über dieses für unsere Gesundheit so überaus wichtige Kapitel erfolgreich zu unterrichten, muß in erster Linie das Studium vegetarischer Schriften empfohlen werden, weil die Vegetarier die muthigste und gründlichste Kritik an allen von der medizinischen Ernährungswissenschaft ausgehenden Lehren und Theorien über die Ernährung des Menschen üben, zahlreiche diesbezügliche Irrthümer der verschiedensten Art aufgedeckt haben und alle nicht naturgemäße Nahrung durchaus verwerfen. Die durch die Vegetarier herbeigeführte Reformbewegung in Ernährungsfragen ist daher von ganz außerordentlicher Bedeutung und sollte sich deßhalb Jedermann durch das Lesen diesbezüglicher Schriften ein Urtheil über den Vegetarismus

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

und dessen eminente Tragweite in gesundheitlicher, sittlicher, volkswirthschaftlicher und sozialer Beziehung zu bilden suchen.*

Des Ferneren ermahnt uns die naturgemäße und volksverständliche Gesundheitspflege zur

Pflege unserer Haut

und gibt uns zu diesem Behufe die vorzüglichsten Rathschläge und Unterweisungen. In der verschiedenartigen, jedoch richtigen Anwendung des kühlen Wassers auf die Haut (z. B. in Form von feuchten Abreibungen, von Bädern und Douchen 2c.) ist ein mächtiges Mittel gegeben, um die Gesundheit zu stärken und zu kräftigen. Schon allein darin, daß durch die Erregung der Haut durch kühles Wasser eine vermehrte Blutzufuhr zur Oberfläche des Körpers (Haut) erzeugt wird, ist ein mächtiges Mittel zur Erhaltung und Befestigung unserer Gesundheit gegeben, weil hierdurch die Haut abgehärtet wird, somit außerordentlich an Widerstandskraft gegen äußere gesundheitsschädliche Einflüsse gewinnt nnd dadurch am wirksamsten jene zahlreichen Erkrankungen **verhütet** werden, die man gewöhnlich als „Erkältungskrankheiten" zu bezeichnen pflegt. Nicht minder wichtig, weil außerordentlich gesundheitsdienlich, ist der Umstand. daß durch die erregende Einwirkung des kühlen Wassers auf die Haut die Blutcirculation in wohlthätigster Weise angeregt und außerdem das Blut von den inneren edlen und lebenswichtigen Organen nach der Haut hin abgeleitet wird. Auf diese Weise werden alle jene zahlreichen Erkrankungen verhütet, die in einer andauernden Blutüberfüllung innerer edler und lebenswichtiger Organe, in Blutanschoppungen und überhaupt in der gestörten Circulation des Blutes, ihren Grund haben und denen jene zahlreichen chronischen Leiden ihre Entstehung verdanken, die man als Congestivzustände und als chronisch entzündliche Affectionen zu bezeichnen pflegt (wie z. B. Blutandrang nach dem Gehirn, dem Herzen, der Lunge, chronische Kehlkopf- und Lungenkatarrhe, Funktionsstörungen in der Leber, chronische Magen- und Darmkatarrhe, weibliche Leiden der mannigfachsten Art 2c. 2c.) Durch eine naturgemäße Pflege der Haut, wie sie uns die volksverständliche Gesundheitspflege lehrt, gibt sie uns also in erster Linie ein souveränes Ableitungsmittel an die Hand, um zahlreiche Erkrankungen aller Art zu verhüten und durch die Abhärtung unserer Haut wird dieselbe zu einem förmlichen Bollwerke ausgebaut, welches allen schädlichen Witterungseinflüssen eine außerordentliche Widerstandskraft entgegensetzt, und dadurch die unzähligen Erkrankungen **verhütet**, welche man als „Erkältungskrankheiten" zu bezeichnen pflegt. Ferner lehrt uns

---

* Hahn Th. Die Ritter vom Fleische. 1 M. 20 Pf.
Schlickeysen, G. Obst und Brod. 2. Aufl. 1 M. 50 Pf.
Nagel A. Dr. Das Fleischessen vor dem Richterstuhle des Instinktes, der Vernunft, des Gewissens und der Naturwissenschaft. 3. Auflage. 75 Pf. und zahlreiche andere vortreffliche Schriften aus dem großen Schatze der vegetarischen Literatur.

die naturgemäße, volksverständliche Gesundheitspflege

wie wir durch eine den Anforderungen der naturgemäßen Lebensweise entsprechende Wohnung und Kleidung, durch Mäßigkeit und Körperbewegung unsere Gesundheit erhalten, stärken und befestigen können. Endlich zeigt sie uns auch, wie die Schädlichkeiten, welche unser Beruf mit sich bringt, in ihren nachtheiligen Wirkungen auf unsere Gesundheit mehr oder weniger unwirksam gemacht, oder doch unter allen Umständen wesentlich abgeschwächt werden können. — —

Wie auf dem Gebiete der Gesundheitspflege, so hat sich auch die Heilung von Krankheiten anlangend ein eminenter Umschwung in den bisherigen Anschauungen vollzogen. Diese ebenso menschenfreundliche, als gewaltige Reformbewegung zielt nicht bloß darauf ab, die Gesundheits- und Heilwissenschaft, die seit den ältesten Zeiten ein unantastbares und unbestrittenes Eigenthum der medizinischen Fachgelehrten und der ausübenden Aerzte ist, volksverständlich und zu einem Gemeingut, also für Jedermann faßlich, verständlich und leicht ausübbar zu machen, sondern sie hat das bisherige Heilverfahren von Grund aus umgestaltet und es zu einem vollständig **arzneilosen** Heilverfahren umgewandelt.

Während bisher die Meinung, daß das ärztliche Wissen und Können für das allgemeine Verständniß viel zu tief und überhaupt für eine allgemeine Verbreitung nicht geeignet sei, mit tausend Wurzeln in dem Bewußtsein des Volkes haftete, betrachtet man vom Standpunkte der naturgemäßen und volksverständlichen Gesundheitspflege und der **arzneilosen** Heilweise (Naturheilkunde) die Aerzte nicht mehr als die alleinigen Hüter der Gesundheit und als die alleinigen Besitzer der Kunst, Krankheiten heilen und verhüten zu können.

Wem nun aber das mächtige, reformatorische Ringen, die Geister von dem mittelalterlichen Arzneiaberglauben: daß man Gesundheit in Form von Arzneimitteln in den Apotheken „kaufen" und sie dem Gesundheitsbedürftigen „einlöffeln" könne, kein Interesse abzugewinnen vermag, der wird vielleicht an dem praktischen Nutzen Gefallen finden, welchen die geringfügigste Brochure aus der reichen Literatur der **arzneilosen** Heilweise (Naturheilkunde) seiner und der Seinigen Gesundheit zu leisten vermag.

Ein Jeder, dem an seiner und der Seinigen Gesundheit gelegen ist, sollte sich deßhalb mit der reichhaltigen Literatur der naturgemäßen, **arzneilosen** Heilweise (Naturheilkunde) bekannt machen,* eine Literatur, die diese große und segensreiche Reformbewegung auf dem Gebiete der Gesundheitspflege allseitig wiederspiegelt.

Diese neue **arzneilose** Heilkunde, eine gemeinverständliche volksthümliche Heilweise im besten und edelsten Sinne des Wortes, wird bereits seit mehr

* Alle einschlägigen Schriften können vom Verfasser bezogen werden, der auch für alle Krankheitsfälle auf Grund der naturgemäßen, also arzneilosen Heilweise Rath und Belehrung ertheilt.

als einem Vierteljahrhundert praktisch ausgeübt. Dieselbe besteht in der Anwendung durchaus naturgemäßer Mittel, z. B. in einer naturgemäßen Diät (Diätheilverfahren) und in den entsprechenden Anwendungsformen von Wasser (Wasserheilverfahren) unter Beiseitelassung aller Arzneien und aller Geheimthuerei. Dieselbe hat sich in der neuesten Zeit die weitesten Kreise, im Palast wie in der Hütte, erschlossen und die Aufmerksamkeit aller denkenden Menschen und insonderheit aller, um ihre und ihrer Kinder Gesundheit besorgten Väter und Mütter auf sich gelenkt. **In allen Krankheitsfällen, wo noch nicht ausgedehnte organische Zerstörungsprozesse vorliegen, erweist sich die Naturheilkunde** (wol zu unterscheiden von dem von verschiedenen Geheimmittelschwindlern und anderweitigen Charlatanen angekündigten „Airy'schen" oder sonst welchem Naturheilverfahren, bei welchem Arzneimittel in Anwendung kommen) **nahezu unfehlbar, ist von Jedermann leicht und ohne Nachtheil für den Kranken oder Leidenden anzuwenden, bringt selbst auch bei unheilbaren Leiden eine unvergleichliche Linderung und in den allermeisten Fällen eine vollständige und fast kostenlose Heilung.**

Die **arzneilose** Heilweise (Naturheilkunde) ist eine aus dem Gesundheitsinstinkte des Volkes geborene Heilweise und gründet sich auf die durch tausendfältige Thatsachen erhärtete Erfahrung, **daß jedem Lebewesen und in ganz besonders hohem Maße dem Menschen nicht bloß ein Trieb zur Selbstheilung, sondern auch die Fähigkeit, die Selbstheilung des erkrankten Körpers zu bewirken (d. i. das sogenannte Selbst- oder Naturheilvermögen) innewohnt und zwar eingeboren ist.** — —

Das Naturheilverfahren (**arzneilose** Heilweise) besteht nun darin, durch die verschiedenen Anwendungsformen des Wassers, wie z. B. durch Bäder, feuchte Abreibungen, nasse Einhüllungen ꝛc. durch entsprechende Anwendung von Wärme und Kälte, von Ruhe und Körperbewegung, durch die richtige Auswahl von Speise und Trank (Diätheilverfahren) u. s. w., also durch lauter naturgemäße Mittel jenen Selbstheilungsprozeß der Natur zu unterstützen, wo er bereits im Gange ist, den Heiltrieb der Natur zu wecken und anzuregen, wo er schlummert, ihn zu kräftigen und zu stärken, wo er zu ermatten droht. Das Walten dieser unserem Körper, wie überhaupt jedem Lebewesen innewohnenden Selbst- oder Naturheilkraft bezeichnet der Volksmund durch die sprichwörtlich gewordenen Ausdrücke: „Seine Natur wird ihm schon helfen" und: „Seine gute Natur hat ihm ganz allein geholfen".

Diese neue, segensreiche Heilweise, wie sie uns in der **arzneilosen,** naturgemäßen Heilweise so verheißungsvoll entgegentritt, ist aus dem wiedererwachten Gesundheitsinstinkte des Volkes und zugleich aus dem Herzen des Volkes entsprungen, wo der Nothschrei des in Krankheitselend und Siechthümer aller Art immer tiefer versinkenden Menschengeschlechte einen mächtigen Wiederhall gefunden hatte. Der natürliche Gesundheitsinstinkt des Volkes hat vermöge seiner intellectuellen Spürkraft den Irrthümern und Irrlehren der modernen Heilkunde nachgespürt und die „sieben Todsünden" der-

selben aufgedeckt*. Hierbei ist man jedoch keineswegs stehen geblieben, sondern, man hat sowohl der persönlichen Gesundheitspflege, wie auch der Heilkunde ganz neue Bahnen vorgezeichnet.

Zwei Männer aus dem Volke waren es, welche mit genialer Unmittelbarkeit veranlaßt durch einen persönlichen Unfall das Wasserheilverfahren und das Diätheilverfahren (in ihrer weitern Ausbildung und Verschmelzung gegenwärtig Naturheilverfahren genannt) entdeckten. Die Entdeckung des **Wasserheilverfahrens** verdanken wir dem Bauer Prießnitz, die Entdeckung des **Diätheilverfahrens** dem Fuhrmann Schroth, Beide in dem Sudetengebirge von österreichisch Schlesien, Ersterer in Gräfenberg, Letzterer in Lindewiese geboren.

Inmitten der durch dumpfen Arzneimittelaberglauben umwölkten und verfinsterten Geister erwachte auf den Höhen der Sudeten der durch zwei Jahrtausende niedergehaltene Gesundheitsinstinkt des Volkes. Es ist eine bewunderungswürdige und zugleich erhebende Thatsache, wie hier der selbständige und „unstudirte" Geist mit genialer Unmittelbarkeit durch die einfache Eingebung eines persönlichen Unfalls zwei solche einfache, schöne und große Wahrheiten auffinden und weiter entfalten konnte, wie sie das Wasser- und das Diätheilverfahren in sich schließt. Umgeben von zahlreichen eingebürgerten, weil wolverbrieften und privilegirten medizinischen Irrlehren und Irrthümern machte der Bauer Prießnitz, ausgestattet mit dem feinsten ärztlichen Instinkte und einer ausgezeichneten Beobachtungsgabe seine Entdeckung. Bald strömten Tausende nach Gräfenberg, um dort ihre verlorene Gesundheit wieder zu finden oder, — und unter Diesen zahlreiche Aerzte — um dieses neue bahnbrechende Heilverfahren kennen zu lernen. Niemand sollte es daher versäumen, die Lebensgeschichte dieses merkwürdigen Mannes zur Hand zu nehmen und alsdann die Schriften eines Rausse, Munde, Hahn und Anderer mit Aufmerksamkeit durchzulesen. Mit einem Male wird ihm alsdann beim Lesen dieser und ähnlicher Schriften über Naturheilkunde klar werden, daß in derselben eine verheißungsvolle unvergleichlich segensreiche Reformbewegung der gesammten Heilkunde und Gesundheitspflege gegeben ist.

Daß auch die hochgepriesene Chirurgie eine solche segensreiche Reformbewegung sehr nöthig hat, hierfür hat bereits im Jahre 1850 der Begründer des Diätheilverfahrens, der Fuhrmann Schroth in Lindewiese in österreichisch Schlesien den Beweis erbracht. Es bleibt unvergessen, daß die Koryphäen der Chirurgie in Wien dem in der Schlacht von Novara zerschossenen Herzoge von Würtemberg erklärten, daß sie ihm ein Bein amputiren müßten, wenn sein Leben gerettet werden sollte. (Ein Vorkommniß, wie wir es auch gegenwärtig leider nur zu oft mit ansehen müssen!) Der Herzog weigerte sich jedoch, sich einer Amputation zu unterziehen, lieber wolle er sterben. Er ließ sich zu dem Bauer Schroth tragen und Dieser stellte

* Siehe: „Das Sündenregister der Medicinheilkunde" von Dr. med. H. Hennemann 2. Aufl. St. Gallen. Ebenfalls durch den Unterzeichneten zu beziehen.

ihn so vollständig her, daß der Herzog im nächsten Winter auf dem Hofballe in Wien tanzen konnte!! — —

Um nun des großen Segens theilhaftig zu werden, welchen die **arzneilose** Heilweise berufen ist, der in Krankheitselend und Siechthümern aller Art versunkenen Menschheit durch Förderung ihres leiblichen, geistigen und moralischen Wolergehens zu gewähren, ist der einfachste und sicherste Weg der, sich mit der Litergtur der Naturheilkunde vertraut zu machen, oder auch eine oder die andere der diese segensreichen Reformbewegung vertretenden Zeitschriften zu halten und irgend einem der Vereine für **naturgemäße** Lebensweise und **arzneilosen** Heilweise beizutreten oder, wenn ein derartiger Verein am Wohnorte des Betreffenden noch nicht besteht, mit Hilfe einiger Gesinnungsgenossen einen solchen zu gründen, wo es alsdann von außen her, seitens der bereits bestehenden großen und einflußreichen Naturheilvereine an Rath und Beistand nicht fehlen wird.

Durch die Unterweisungen der naturgemäßen volksverständlichen Gesundheitspflege werden wir zu eigenem selbständigen Denken, Prüfen und Urtheilen in gesundheitlichen Dingen veranlaßt und befähigt und hierdurch in den Stand gesetzt, unsere Gesundheit zu kräftigen und zu befestigen, um auf diese Weise der größten ärztlichen Kunst theilhaftig zu werden, der Kunst, Krankheiten zu **verhüten**. —

Das **arzneilose** oder **Naturheilverfahren** belehrt uns dagegen über die naturgemäße Pflege und Behandlung des erkrankten Menschen und sie zeigt uns zugleich, daß man den Selbstheilungsprozeß der Natur nicht durch Arzneien fördern und unterstützen kann, sondern daß dieselben im günstigsten Falle nichts nützen oder — wenn giftiger Natur oder überhaupt von scharfer Wirkung — den Krankheitszustand nur verschlimmern und gefährlich machen, indem sie den mit der Krankheit kämpfenden Selbstheilbestrebungen der Natur noch einen neuen Feind — die **Arznei** — gegenüberstellen! —

Zweiter (praktischer) Theil

der

naturgemäßen, arzneilosen Heilweise (Naturheilkunde).

Abgeschlagenheit, s. Abmattung.

Abhärtung. Es ist schon seit den ältesten Zeiten her bekannt, daß das kalte Wasser, sowohl als Bad, wie zum Waschen und auch innerlich als Getränk gebraucht, eines der förderlichsten Mittel ist, um den Körper abzuhärten und ihn gegen Witterungswechsel unempfindlicher zu machen. In neuerer Zeit hat die volksverständliche Gesundheitspflege die feucht-kühlen Abreibungen des gesammten Körpers als eins der vorzüglichsten Mittel erkannt und in Gebrauch gezogen, um sowol das Blut von den inneren edlen Organen nach der Haut hin abzuleiten und dadurch erstere zu entlasten, wie auch die Haut direct abzuhärten und widerstandsfähiger gegen feindselige Witterungseinflüsse zu machen. Wie dies am zweckmäßigsten geschieht, ist unter den Artikeln: Wasser, als diätetisches (Gesundheits-) Mittel, Gicht, Rheumatismus, Hautpflege, feuchte Abreibungen, Kinder, Douchen und Katarrh beschrieben.

Abmagerung. Bei dieser sind immer die letzten Ursachen zu berücksichtigen und denselben gemäß das Heilverfahren einzurichten, welches oft ein völlig umstimmendes, die volle Wasserkur in ihrer ganzen Ausdehnung in Anspruch nehmendes sein muß, während in geringeren Fällen bloße kühle Abreibungen, Bäder im Vereine mit Wassertrinken, einfacher kühler Diät und vieler Bewegung in freier Luft hinreichen. Vergl. Abzehrung, Darrsucht, Hüttenkatze, Lungenschwindsucht, Nervenschwindsucht, Rückendarre und Schwindsuchten.

Abmattung, Abgeschlagenheit, Abspannung, Nachlaß der Kräfte, Schwäche. Dieselbe ist die Folge allzugroßer körperlicher oder geistiger Anstrengung, sofern sie nicht das Symptom einer Krankheit ist. Im ersteren Falle sind selbstverständlich die veranlassenden Ursachen zu vermeiden; außerdem ist es geboten, sich einer kühlen, aber kräftigen Diät zu befleißigen, tüchtig Wasser zu trinken und sich mäßige Bewegung in freier Luft zu machen. Ferner sind erforderlich täglich früh und Abends eine feucht-kühle Abreibung des ganzen Körpers und weiterhin kühle Bäder, nach Umständen auch der Gebrauch einer vollen Wasserkur. Vergl. Hautkrankheiten, Kachexieen und Nervenschwäche.

Abortiren, s. Fehlgeburten.

Abscesse) s. Schwären, Eisen.

Abspannung, s. Abmattung.

Abwaschungen, s. Waschungen.

Abweichen, s. Durchfall.

Abzehrung, s. Schwindsucht; vergl. auch Abmagerung, Alter, Darrsucht, Hüttenkatze, Luftröhrenschwindsucht, Nervenschwindsucht u. Rückendarre.

Ader, goldene, s. Hämorrhoiden.

Aderknoten, s. Aneurismen und Blutadergeschwülste.

Affecte, s. unter Aerger.

Aftervorfall. Das Hervortreten der inneren Haut (Schleimhaut) der unteren Partien der Gedärme aus dem Körper, was zuweilen, besonders bei zarten Kindern, in ansehnlicher Länge vorkommt, bezeichnet man, wenn wenn es nur den After betrifft, wie es in der unendlichen Mehrzahl vorkommt als Aftervorfall. Die davon Befallenen dürfen nicht allzulang zu Stuhle sitzen und sich sowohl vor Verstopfung, wie auch vor zu flottem Stuhlgange hüten. Sowohl der äußere, wie der innere Gebrauch des kalten Wassers ist hier von großer Wichtigkeit. Wenn der Mastdarm vorgefallen ist, so bestreicht man denselben mit erwärmtem Speiseöl und drückt ihn mit Hilfe eines feuchten und warmen Stückes Linnen oder eines in lauwarmem Wasser genetzten Schwammes wieder hinein. Im eigenen Falle setzt man sich bei entblößtem Körper auf einen solchen und hilft, wenn nöthig, durch einen gelinden Druck mit dem Finger nach, bestreicht den Theil mit Baumöl und macht, wenn die vorgefallene Partie (ebenso wie bei Hämorrhoidalknoten) sich bereits entzündet hat, fortgesetzt kalte Umschläge, wodurch die Theile Stärkung erfahren. Außerdem wendet man einen feuchten erregenden Leibumschlag (Neptunsgürtel) s. d. Artik. an und unterstützt dieses Verfahren durch häufige kühle Sitzbäder und durch ebensolche Klystiere. In den schlimmsten Fällen werden kalte Begießungen des Kreuzes nothwendig.

Alpdrücken. Dieses lästige Uebel, bestehend aus einem krampfhaften Zusammenziehen der Brust, verbunden mit heftigem Blutandrange, dem Gefühle des Erstickens, großer Angst, schwerem Athem und dem heftigen Triebe, eine schwere Last von sich zu wälzen oder sich sonst aus der Noth zu befreien, was aber nicht gelingt und wobei gewöhnlich noch die Einbildungskraft thätig ist, und irgend eine monströse Gestalt vorgaukelt, ist eine Folge unvollkommener Verdauung, oder von Blähungen, starken Abendmahlzeiten, schweren Speisen, langen Geistesanstrengungen bis tief in die Nacht hinein, gezwungener, unbequemer Körperlage, schlechter Athmungsluft oder auch des Schlafens mit offenem Munde, wodurch die Schleimhaut des Mundes und Schlundes austrocknet, was nach meinen Erfahrungen stets Alpdrücken herbeiführt, so daß auch alle Diejenigen besonders stark an Alpdrücken leiden, welche infolge von Nasenpolypen oder anderweitigen Anläßen nicht ausreichend durch die Nase zu athmen im Stande sind. Die anderweitigen veranlassenden Ursachen müssen vermieden werden, was neben mäßiger Diät, mehr aus Pflanzennahrung als aus Fleisch bestehend, vieler Bewegung in freier Luft.

fleißigem Lüften des Schlafraumes und fleißigem Trinken von frischem Wasser, einem nicht zu warmen Bette und, wenn erforderlich, feuchten Leib- oder auch Unterleibspackungen in den meisten Fällen genügen wird, um die Anlagen zum Alpdrücken zu beseitigen und zugleich die Gefahr des vom Schlagegetroffenwerdens, in welche mit Alpdrücken behaftete Personen leicht gerathen, zu entfernen. Wenn die Krankheit schon längere Zeit eingewurzelt ist, so muß man heftige Gemüthsbewegungen möglichst vermeiden und bei vorhandener kräftiger Constitution eine mäßige Douche und kühle Sitzbäder und Klystiere anwenden. Sehr zu empfehlen sind ableitende Fußbäder vor dem Schlafengehen und beim Erwachen aus einem Anfalle, kühle Waschungen der Brust, Trinken von frischem Wasser und in heftigen Fällen kühle Umschläge auf Brust und Magen oder ableitende Fuß- und Sitzbäder.

Alter. Man räth gewöhnlich alten Personen warme Bäder an. Dies ist bedingungslos nicht ganz richtig; auf keinem Falle ist es richtig, wenn nicht dem warmen Bade eine kühle Abreibung des ganzen Körpers auf dem Fuße folgt. Vergl. den Artikel: Warme und kalte Bäder, Constitution, Individualität.

Altersschwäche, s. d. vorhergehenden Artikel und Hautpflege.

Andrang des Blutes nach dem Kopfe und der Brust s. Congestionen.

Aneurismen. Sie bestehen in krankhaften Erweiterungen der Pulsaderwände und zerfallen in innere und äußere. Jene kommen am häufigsten an der großen Körperschlagader, diese hauptsächlich am Halse, an den Rippen und in der Kniekehle vor. Diese gefährlichen Geschwülste, deren zu befürchtendes Bersten oft das Leben bedroht, und in hochgradigen Fällen einen operativen Eingriff nöthig machen, weichen nicht selten der Einwirkung lange Zeit hindurch fortgesetzter kalter Ueberschläge, unterstützt durch einen Druckverband. Hierbei ist Ruhe, kühle Diät, reichliches Wassertrinken und die fortgesetzte Anwendung von Druck unerläßlich nothwendig. Vergl. Blutadergeschwülste.

Ansprung, s. Grind, nässender.

Ansteckung. Zu den bewährtesten Vorbeugungsmitteln gegen ansteckende und epidemische Krankheiten gehört vorzugsweise das Reinigen des ganzen Körpers, der Wohn- und Schlafräume und der darin befindlichen Gegenstände mit Wasser. Tägliche Ganzwaschungen des Körpers und fleißige Körperbewegung in der freien Luft sind ein unvergleichliches Vorbeugungsmittel wie überhaupt Derjenige, welcher den Grundsätzen der naturgemäßen, volksverständlichen Gesundheitspflege nachlebt, am sichersten gegen Ansteckungsstoffe aller Art gewappnet ist. So erzählt schon **Volney,** daß die Wasserträger in Kairo, die von dem frischen Wasser, das sie in ledernen Schläuchen auf dem Rücken tragen, fortwährend benetzt werden, niemals von der Pest angesteckt werden. Vergl. Epidemien, Masern, Pest, Waschungen und Wasser.

Anthrax, s. Milzbrand.

Antoniusfeuer, St., s. Rose.

Aphthen, s. Schwämmchen.

Appetitlosigkeit, s. gastrischer Zustand, vergl. Ausspülen d. Mundes.

Aerger, Zorn, Schrecken und ähnliche Affecte verursachen nicht selten höchst nachtheilige Folgen, ja, sie bringen den Betreffenden nicht selten geradezu in Lebensgefahr. Namentlich ist es das Nervensystem, welches durch heftige Gemüthsaufregungen den schwersten Schaden erleidet, sodaß Krämpfe, (Convulsionen), Zuckungen und Schmerzen der empfindlichsten Art auftreten können. Aber auch schwere Störungen in der Verdauung und in der Blutcirculation können als Folgewirkungen heftiger Gemüthsaffekte auftreten, wie Gelbsucht, Gallenfieber und Congestivzustände aller Art 2c.

Um dergleichen nachtheiligen Folgewirkungen möglichst vorzubeugen, ist es nothwendig, sofort einige Gläser frisches Wasser zu trinken, alle Speisen zu vermeiden, Gesicht und Brust öfters kühl zu waschen, sich in freier Luft zu bewegen (um das Blut besser zu vertheilen und von den inneren edlen Organen nach der Körperoberfläche abzuleiten) und sich durch den Umgang mit anderen Personen Zerstreuung zu verschaffen. Zeigen sich dennoch Beschwerden, wie gallichtes Aufstoßen, Uebelkeit und Erbrechen, so ist es angezeigt, das Erbrechen durch reichliches Wassertrinken zu befördern, und leichter und erfolgreicher zu machen, wodurch die in dem Magen angehäuften Stoffe (saure oder ranzig gewordene Speisereste, Schleim, Galle 2c.) vollständig entfernt werden, was von höchster Bedeutung ist. Ist Uebelkeit und Brechneigung vorhanden, so ist durch Trinken von mehreren Gläsern warmen Wassers mit Butter und wenn nöthig durch Kitzeln des Gaumens mit einem Federbarte oder anderweitige Reizung des Gaumens Erbrechen herbeizuführen. Sobald der Magen sich entleert hat, aber noch Brechneigung fortbesteht, so muß man sofort noch mehrere Gläser frisches Wasses trinken, weil der Magen, wenn er Flüssigkeit enthält, sich viel leichter und vollständiger zu entleeren vermag, indem bei Anwesenheit von Flüssigkeit auch zugleich alle noch vorhandenen, immer neuen Brechreiz veranlassenden Speisereste oder sonstigen Stoffe mit hinausgeschwemmt werden. Vergl. Brechmittel. Auf jeden Fall sind erregende Umschläge (s. d. Artikel) auf die Magengegend anzuwenden. Vergl. Leidenschaften.

Armbäder können wie andere örtliche oder theilweise Bäder (im Gegensatze zu Vollbädern) bei Armleiden jeder Art, z. B. bei Verletzungen, offenen Schäden, rheumatischen oder gichtischen Leiden, bei Lähmungen 2c.) mit großem Erfolge angewendet werden. Sie werden in etwas hohen und engen Gefässen genommen, damit nicht dem kranken Theile durch eine zu große Menge des Badewassers zu viel Lebenswärme entzogen wird. Bei entzündlichen Zuständen der Hand empfiehlt sich das sog. Ellenbogenbad, welches eine starke Ableitung von der Hand bewirkt, wodurch alle entzündlichen Krankheitserscheinungen (Hitze, Röthe, Anschwellung und Schmerz) wesentlich vermindert oder doch gemildert werden.

Arzneisiechthum. Dieses Uebel ist eines der schlimmsten und leider auch der weitverbreitetsten (man denke nur an das Mercurial-, also an das Quecksilbersiechthum) und verdankt seine Entstehung ausschließlich der allopathischen Arzneibehandlung, das heißt also der Einverleibung von direkt giftigen oder überhaupt scharfstoffigen Arzneimitteln, nicht minder auch dem

sehr reichlichen oder lange Zeit hindurch fortgesetzten Einverleibung von Arzneimitteln. Welcher beklagenswerthe Mißbrauch in dieser Beziehung getrieben wird, ist offenkundig und lehrt die alltägliche Erfahrung. Dieser gesundheitsmörderische, oft genug auch das Leben dieser Opfer des Arzneimittelaberglaubens zerstörende, die Gesundheit und Lebenskraft zerrüttende Mißbrauch hat in dem dem Publikum von frühester Jugend auf angewöhnten und anerzogenen **Arzneimittelaberglauben** seinen letzten Grund. Für diese Bedauernswerthen kann einzig und allein die naturgemäße Heilweise Hilfe bringen und hat dieselbe in dieser Beziehung in ungezählten Fällen schon wahre „Wunder" verrichtet. Die schrecklichste und verbreitetste Art des Arzneisiechthums ist das Mercurial- oder Queckfilbersiechthum, Morphium-, Opium- und Cocaïnsucht. Vergl. die betr. Art. u. d. Art. über Allopathie und Wasserheilmethode.

Askariden, s. Wurmkrankheit.

Asthma. Das Asthma ist entweder nervöser oder congestiver Natur, d. h. es besteht entweder eine krampfartige Verengerung der kleinsten Luftwege in der Lunge, (den feinsten Verzweigungen und Veräftelungen der Luftröhre) oder die Luftröhrenschleimhäute sind mit Blut überfüllt (congestionirt) und durch die hierdurch bedingte Anschwellung der Schleimhäute werden die Athmungswege verengt und die erforderliche Zufuhr von frischer Luft vermindert. Im ersteren Falle sind krampfstillende, beruhigende, erschlaffende Mittel anzuwenden, und von diesen ist die Wärme in ihren verschiedenartigen Anwendungsformen das vornehmste und wirksamste Mittel. Vergl. die Wärme und ihre Anwendungsformen, Im letztern Falle, wo es sich um ein durch Blutandrang bedingtes Asthma handelt, ist die Anwendung des ableitenden Verfahrens (s. d. Art.) angezeigt und wenn das Uebel in einer gesundheitswidrigen Lebensweise seinen Grund hat, Abhilfe in dieser Richtung. Dr. Fabricius erzählt einen Fall, wo ein vollblutiger, starker Mann von 61 Jahren an heftigem Asthma litt, so daß er öfters, auch selbst bei der geringsten Bewegung zu Fuße, zu ersticken glaubte. Das reichliche Trinken von frischem Wasser und das weniger reichliche (als bisher) Trinken von Bier machte das Uebel nach Verlauf von einem Vierteljahr vollständig verschwinden, so daß er die stärksten Touren zu Fuß ohne die mindeste Beschwerde machen konnte. Ueber das Millar'sche Asthma s. d. Art. Brustkrampf.

Athem, übelriechender. Dieser überaus lästige Zustand, welcher nicht blos Dem, der daran leidet, höchst unangenehm sein muß, sondern auch seine Umgebung mit Eckel und Abscheu erfüllt, besteht entweder nur in einem üblen Mundgeruche oder in einer allgemeinen widerlichen Ausdünstung besonders auch durch die Lunge. Das erstere Uebel kann sich von schlechten Zähnen, von verdorbenem Magen, von Skorbut (s. d. Art.) von Geschwüren im Munde und im Halse herleiten oder es können auch andere Ursachen, wie Lungenleiden u. dergl, zu Grunde liegen. Auch ist dasselbe nicht selten mit den monatlichen weiblichen Ausscheidungen (Regel, Periode) vergesellschaftet, in den meisten Fällen hat es jedoch seinen Grund in gestörter Haut- und Lungenthätigkeit. Wer auf eine gute, reine und hinreichend oft erneuerte Ath-

mungsluft, körperliche Reinlichkeit und Hautpflege hält und überhaupt sich der Diätetik einer naturgemäßen Lebensweise befleißigt, der wird sicherlich nie an dem in Rede stehenden Uebel zu leiden haben, denn der innere und äußere Gebrauch des Wassers läßt dasselbe nicht aufkommen und Wasserfreunde und Solche, die die großen und gesundheitlichen Vortheile einer vorwiegend pflanzlichen Kost, besonders auch der Obstdiät kennen und schätzen gelernt haben, verbreiten eine ganz andere Athmosphäre um sich. Wer mit üblem Mundgeruch behaftet ist, befleißige sich vor allen Dingen einer geregelten Diät, die wenigstens eine Zeit lang überwiegend aus Pflanzenkost, anstatt aus Fleischkost bestehen muß, mache sich täglich ein paar Stunden Bewegung in freier Luft (denn bei allen an Luftscheu leidenden Stubenhockern findet man fast ausnahmslos einen üblen Athem), trinke reichlich frisches Wasser, spüle sich mehrere Male, besonders aber nach jeder Mahlzeit, den Mund tüchtig aus, schwitze einige Mal ausgiebig, bade fleißig oder mache wenigstens regelmäßig feuchte Abreibungen des Körpers, so wird das Uebel bald beseitigt sein, da sich dasselbe in vielen Fällen schon beim diätetischen Gebrauche von frischem, kaltem Wasser verliert. Vergl. Ausspülen des Mundes und Wasser als diätetisches Mittel.

Atrophie, s. Darrsucht,

Aufliegen. Das Sichwundliegen der Kranken infolge langer Krankheiten ist mit leichter Mühe durch kaltes, frisches Brunnenwasser zu heben, wobei man jedoch die Federbetten mit Matratzen vertauschen und dem Kranken einen mit weichem Leder (z. B. Wildleder) gepolsterten Kranz unterschieben muß. Die wunden Stellen werden mit frischem Wasser gewaschen und die Matratze oder der Kranz mit befeuchteten, oft zu wechselnden, mehrfach zusammengelegten Leintüchern belegt. Wie einfach! Und wie complicirt, wie kostspielig, wie erfolglos ist die gewöhnliche landesläufige quacksalberische Behandlung dieses Uebelstandes mit Salben und Medicinquark aller Art.

Augenbäder werden bei Augenleiden in Verbindung mit der allgemeinen Wasserkur angewendet. Man benutzt hierzu entweder eine Schüssel oder ein kleines Trinkglas, welches man mit Wasser füllt und etwa fünf Minuten lang das offene Auge in das Wasser taucht; außerdem ist es erforderlich, Stirn, Schläfe und Nacken mit der angenetzten Hand mehrere Minuten lang kräftig zu reiben oder wo nöthig kühle Ueberschläge im Nacken anzuwenden.

Augenentzündungen. Die Entzündungen der Augen sind sehr häufig und es liegen ihnen die mannigfachsten Ursachen zu Grunde, doch ist die Mehrzahl äußeren Einflüssen zuzuschreiben. In allen Fällen, wo es sich um eine reine, direct aus den Ursachen entspringende Augenentzündung handelt, die mit keinem andern Leiden in ursächlichem Zusammenhange steht, ist die Hauptbehandlung eine örtliche, entzündungswidrige (s. d. Artikel), anfangs mit kaltem, weiterhin mild erwärmenden und zuletzt erregenden (s. d. Art.) Umschlägen. Hierbei sind anfänglich ableitende Umschläge auf den Hinterkopf und Nacken und später stärkende Augenbäder von großer Wirkung. Sind erhebliche Fiebererscheinungen vorhanden, so werden diese be-

sonders behandelt und auf jeden Fall erregende Leibumschläge, Klystiere und fleißiges Trinken von frischem Wasser anzuwenden.

Ist eine Augenentzündung die Folge von anderweitigen krankhaften Zuständen, so muß natürlich die Hauptbehandlung vorzugsweise gegen diese gerichtet sein, wobei jedoch die örtliche Behandlung nicht vernachlässigt werden darf.

Auch langwierige Augenentzündungen erfordern ebenfalls eine nicht blos örtliche Behandlung, vielmehr muß in solchen Fällen der ganze Körper einer umstimmenden (s. d. Artik.) Wasser- und Diätkur unterworfen werden, wobei ableitende Bäder nicht außer Acht gelassen werden dürfen. In vielen Fällen reicht schon eine strenge magere Diät und fleißiges Wassertrinken allein zur Heilung hin. Vergl. Entzündungen, Influenza und Unterleibskrankheiten; auch den Artik. über Fußbäder.

In überaus zahlreichen Fällen rühren die chronischen (andauernden, langwierigen) Augenentzündungen davon her, daß die Betreffenden skrophulös sind, also an einer eigenartigen Säfteverderbniß und Säftestockung in den Drüsen und Lymphgefäßen leiden. (Drüsenkrankheit-Skrophulose.) Deßhalb nennt man auch diese Art von Augenentzündungen „skrophulöse" Augenentzündungen. Deren Behandlung siehe unter dem Artik. Skrophulose.

Die Neigung zu Augenentzündungen überhaupt und zu Augenentzündungen insbesondere ist leider heut zu Tage ein weit verbreitetes Uebel, wozu hauptsächlich das viele Stubensitzen, die einseitige Ueberanstrengung der Augen und der tägliche Genuß hitziger Getränke die Ursache bilden.

Wer jedoch sich mit kaltem Wasser wäscht, fleißig kaltes Wasser trinkt, feucht-kalte Abreibungen macht und insbesondere auch die Augen am Morgen und vor dem Zubettgehen mit frischem und kaltem Wasser wäscht und sich viel Bewegung in freier Luft macht, der wird nie oder doch unter der Einwirkung von ganz besonderen Umständen und zwar nur äußerst selten von Augenentzündungen befallen werden. Eine bestimmte Lebensordnung, die die inneren Reizursachen ausschließt und äußerlich auf die Abhärtung aller Körpertheile abzielt, ist im Stande jede bestehende Anlage zu heben, oder doch unwirksam zu machen. Den nach anhaltender Anstrengung der Augen fühlbaren Reiz beseitigt man am besten durch kühle Umschläge oder auch durch ein einfaches Augenbad, beide Anwendungsformen des kühlen Wassers genügen überhaupt bei leichten Augenentzündungen fast ausnahmslos zur Beseitigung derselben. Vergl. Augenschwäche.

Die Augenentzündung der Neugeborenen ist bei richtiger Behandlung ein in der Regel leicht zu beseitigendes Uebel, das jedoch, wenn nicht richtig und rechtzeitig eingegriffen wird, die traurigsten Folgen haben kann. Die bei dieser Krankheit angewendeten Gebrauchsgegenstände dürfen keinenfalls mit gesunden Augen in Berührung kommen, weil der von den Schleimhäuten des Auges (Bindehaut des Auges und der Lider) abgesonderte Eiter überaus ansteckend ist. Die Hauptsache ist und bleibt, daß das kranke Auge und sein Zubehör (Augenlider und die Falten der Bindehaut) täglich mehrere Male

(4 – 5 Mal) mit ganz frischem und kühlem Brunnenwasser auf das sorgfältigste gereinigt wird, was leichter gesagt als gethan ist.

Gleich vom ersten Beginn einer derartigen Entzündung muß man das oder die Augen mehreremals täglich mit lauwarmem Wasser reinigen und zwar nicht bloß die Lider des Auges, sondern auch die innern Flächen der Augenlider und den in solchen Fällen gewöhnlich gar nicht sichtbaren Augapfel. Unmittelbar darnach müssen die Augenlider mit frischem, kaltem Brunnenwasser innerlich und äußerlich bespült werden. Man verfährt in der Weise, daß man mit der Spitze des Daumens und Zeigefingers der linken Hand das obere Augenlid erfaßt und leicht ziehend das Lid etwas vom Augapfel abzuziehen sucht, damit das mit der rechten Hand am innern Augenwinkel tropfenweise eingeführte Wasser auch gehörig zwischen Augenlid und Augapfel gelangt. Alsdann sucht man durch sanftes kreisförmiges Reiben des oberen Augenlides das Wasser gehörig unter dem Lid zu vertheilen, um die daselbst befindlichen Unreinigkeiten abzuspülen und fortzuschwemmen. Ebenso verfährt man mit dem untern Augenlide.

Wenn nicht sehr bald und in ersichtlicher Weise Besserung eintritt, so ist ärztlicher Beistand anzurufen, da die erwähnten Maßnahmen ziemlich viel technisches Geschick oder doch Uebung erfordern.

Augenkrankheiten s. die vorhergehenden und die nachfolgenden Staar- und Unterleibskrankheiten.

Augenschmerzen werden, wenn entzündlicher Natur, durch kalte Umschläge, durch Sitz- oder Fußbäder bald gehoben. Sind die Schmerzen nicht entzündlicher Natur, so ist die Anwendung von trockener oder auch feuchter Wärme angezeigt. Immer halte man als untrügliche Richtschnur den Umstand fest, daß alle Heilmaßnahmen, also auch alle Anwendungsformen des Wassers wolthätig und heilsam für den Kranken sind, wenn sie demselben nicht lebhafte Beschwerden (wie Schmerzen, nervöse Unruhe 2c.) machen. Sobald dies der Fall, so muß damit ausgesetzt und eine gegentheilige Maßnahme (z. B. anstatt Kälte, Wärme, anstatt einer trocknen Einhüllung eine feuchte Einhüllung) in Gebrauch gezogen werden. Auf diese Weise kann man in zweifelhaften Fällen, und zwar ohne allen Schaden, sämmtliche Anwendungsformen der **arzneilosen** Heilweise durchprobiren bis man das Richtige „getroffen" hat. Haben Augenentzündungen innerliche Ursachen, so ist für regelmäßigen und leichten Stuhlgang zu sorgen und wenn nöthig, muß der Patient gelind schwitzen. Fleißiges Wassertrinken ist auch hier von vorzüglicher Wirkung. Vergl. Augenentzündungen.

Augenschwäche. In den meisten Fällen ist eine schlechte Säftemischung die Ursache von Augenübeln und da der tagtägliche Genuß von ½—1 Liter frischem Brunnenwasser die Säftemischung wesentlich verbessert, und zwar schon allein dadurch, daß hierdurch eine große Menge unbrauchbarer und selbst direct schädlicher Stoffe aus dem Blute (in Form von Schweiß, von Haut- und Lungenausdünstung und durch die Nieren, wozu unter allen Umständen hinreichende Mengen von Wasser erforderlich sind), ausgeschieden wird, so ist schon in dieser Beziehung, also von einem regelmäßigen Genuß frischen Brunnen-

wassers viel zu erwarten. Das Waschen und Baden der Augen mit frischem, kühlen Brunnenwasser hat aber seinerseits wieder die Wirkung, daß sich die feinsten Adern und Aederchen unter der Einwirkung des kalten Wassers zusammenziehen und dadurch der Blutverkehr im Auge, mithin auch die Ernährung des Auges eine regelmäßigere und bessere wird, weil die Strom- und Blutverkehrshindernisse, wie sie durch ein erweitertes Aderwerk gegeben sind, beseitigt werden. Auf diese Weise wird der Augenschwäche erfolgreich begegnet. Unterstützt wird dieses Heilverfahren noch ganz wesentlich, wenn man die Augen täglich nur eine kurze Zeit lang (½ Stunde lang) mit befeuchteten Leinewandläppchen bedeckt und außerdem die Augen vermittelst eines feinen Wasserstrahles bespritzt. Augen-Douche (spr. Augendusche).

Ausdünstung, mangelnde s. unter Hautkrankheiten und Hautpflege.

Ausdünstung, schlechte, s. unter Athem, übelriechender.

Aussatz (Lepra). Die Schriftsteller über Wasserheilkunde (wie Oertel, Koch, Munde und Krause), stimmen darin überein, daß der Aussatz durch eine naturgemäße, arzneilose Behandlung geheilt werden kann, da einzig und allein durch dieses Heilverfahren diejenige Umstimmung der fehlerhaften Mischungsverhältnisse der Säfte und hierdurch wiederum diejenige Kräftigung des Organismus herbeigeführt werden kann, die für die Heilung dieses Uebels unbedingt erforderlich ist. Gerade die Hautkrankheiten aller Art sind es ja, bei welchen eine beharrlich fortgesetzte Wasser- und Diätkur geradezu Unglaubliches leisten und hat diesen Heilmaßnahmen bis jetzt kaum eine einzige Hautkrankheit widerstanden. Vergl. die besonderen Artikel über Elephantenfuß, Geschwürskrankheiten und Hautkrankheiten.

Ausschläge, s. Hautausschläge und Hautkrankheiten.

Aussehen, gelbblasses. Ist in der Regel eine Folge von Hämorrhoidalleiden und überhaupt von Unterleibskrankheiten. Vergl. Kachexieen.

Ausspülen des Mundes und der Nase mit kaltem Wasser ist eine wichtige, Krankheiten vorbeugende Maßnahme, aber auch zugleich ein Heilverfahren bei gewissen Leiden (z. B. bei chronischem Stockschnupfen und chronischem Rachenkatarrh). Mit Recht sagt daher Dr. Munde in seiner Hydrotherapie (Buch über das Wasserheilverfahren) es sei jenes Verfahren ein viel wichtigeres Heilverfahren als man glauben sollte, da es nicht blos der Mund-, Nasen- und Rachenschleimhaut zur Stärkung dient, sondern lange Zeit hindurch fortgesetzt, durch die Einwirkung auf die Speicheldrüsen und die hierdurch vermehrte Ausscheidung derselben den Stoffwechsel des ganzen Körpers (s. Quecksilbersiechthum) bethätigen, und wolthätig und heilsam beeinflussen kann. —

Das Ausspülen des Mundes und des Rachens geschieht entweder durch Gurgeln oder, indem man den Mund voll Wasser nimmt und dies sobald es mit Schleim geschwängert ist, mit frischem vertauscht, was bis zur erfolgten Heilung des Uebels fortzusetzen ist. Das Ausspülen der Nase mit frischem Wasser, das sogenannte „Wasserschnupfen" geschieht, indem man die hohle Hand voll Wasser schöpft und alsdann aus dieser das Wasser in die Nase zieht. Dies darf jedoch nicht allzu heftig geschehen, weil sonst

ein Theil des Wassers bisweilen in die Nebenhöhlen der Nase (Stirnhöhle) dringt und alsdann Kopfweh verursacht.

Gurgelungen des Mundes und Rachens mit frischem, kaltem Brunnenwasser sind angezeigt bei Entzündungen (Katarrh) der Mund- und Rachenhöhle, bei Speichelfluß, bei geschwollenen Drüsen, bei Kopfgicht, übelriechendem Athem und bei Verschleimung.

Auch empfiehlt Prießnitz als das beste Mittel die Zähne gesund zu erhalten, sie und das Zahnfleisch mittelst eines weichen Bürstchens und kalten Wassers ohne Zahnpulver und Zahntincturen Morgens und Abends, besonders aber auch nach dem Essen, zu bürsten.

Ferner erweist sich als unvergleichlich heilsam bei skrophulösen und anderweitigen Leiden der Nase, bei Stockschnupfen)hier in Verbindung mit feuchten Compressen auf die Stirn) das „Schnupfen" von kaltem Wasser, was unter allen Umständen große Erleichterung schafft, indem es den Schleim auflöst und die Schleimhäute stärkt.

Als Beleg der großen Wirksamkeit des öftern bloßen Ausspülens des Mundes theilt Dr. Granichstätten (Handbuch der Wasserheillehre) den guten Rath eines Menschenfreundes, Anton Pauly, Kaufmann in Preßburg mit, welchen derselbe in der Preßburger Aehrenlese bereits am 10. Aug. 1832 öffentlich bekannt gemacht hat. Dr. Munde hat dieses Verfahren nachträglich an sich und mehreren Anderen bei verschiedenen Leiden im Munde und im Halse, insbesondere auch bei Kopfgicht erprobt und bewährt gefunden.

Pauly hatte nämlich seit 25 Jahren an Magendrücken, stetem Aufstoßen, schmerzhaften Kollern im Unterleibe und Verstopfungen gelitten, wozu sich in den letzten Jahren auch noch Mangel an Schlaf und an Eßlust gesellte. Alle verordneten Arzneimittel waren (wie gewöhnlich! der Verf.) ohne Erfolg geblieben. Seit einem Jahre vermehrten sich seine Leiden durch einseitigen Kopfschmerz, Taubheit, Reißen in den Beinen, Knoten und Geschwülste im Nacken, bösartigen Ausschlag im Gesicht und Blutungen der Zunge und des Zahnfleisches beim Kauen. Unter diesen Umständen suchte er in einer ganz eigenthümlichen Weise Hilfe durch das kalte Wasser. Er nahm nämlich früh, nach dem Mittagessen und Abends kaltes Wasser in den Mund, gurgelte sich auch mitunter mit demselben, behielt es aber mehr in dem Munde und spuckte es wieder aus, wenn er fühlte, daß es mit Schleim geschwängert war. Er setzte diese Methode 8 Wochen lang in der Art fort, daß er täglich gegen 9 Maß Wasser verbrauchte und sah nach Verlauf dieser Zeit seine veralteten Uebel gänzlich verschwinden, so daß er sich von nun an einer ganz vollkommenen Gesundheit erfreute, obwol er bereits in dem Alter zwischen 50 und 60 Jahren stand. Auch mehrere seiner Freunde, welche an Verschleimung ähnlicher Art und anderweitigen Uebeln litten, genasen vollständig bei ausdauernder Anwendung dieser Methode.

Dr. Munde erzählt nun weiter: „Durch diesen Rath des Herrn Pauly aufmerksam gemacht, versuchte ich bei mehreren Anfällen von Kopfgicht, deren Schmerzen sich hauptsächlich an den Schläfen und in den Kiefern

äußerten sein Mittel und setzte es im Bett liegend längere Zeit (mehr als 24 Stunden) fort, während welcher Zeit er alle 5—10 Minuten frisches Wasser in den Mund nahm und den darin sich angesammelt habenden Schleim wieder ausspuckte. Er schmeckte ganz deutlich, wie sich von der schmerzhaften Stelle, aus der Ohrspeicheldrüse, eine salzartige Feuchtigkeit ergoß, die sich nach und nach im Munde verbreitete. Wenn das Wasser im Munde von ihr durchdrungen war, so wurden die Schmerzen jedes Mal heftiger und nöthigten ihn, frisches Wasser zu nehmen und dies solange fortzusetzen, bis der Salzgeschmack sich verringerte und mit ihm die Schmerzen aufhörten. Er war dann vollkommen hergestellt und nur noch etwas gereizt und geschwächt."

Auszehrungen, s. Schwindsuchten. Vergl. auch die Artikel über Abmagerung, Darrsucht, Hüttenkatze, Luftröhrenschwindsucht, Lungenschwindsucht, Nervenschwindsucht und Rückenmarksdarre.

Badefriesel, s. unter Friesel.

Bäder. Die belebende Kraft kalter Bäder ist seit den ältesten Zeiten bekannt. Dr. Hahn aus Schweidnitz (Unterricht über die Kraft des frischen Wassers 1738) äußert sich über den Vorzug der kalten Bäder vor den warmen Bädern folgendermaßen, daß das kalte Baden erwärmt, weil dadurch die Schweißlöcher auf eine Zeit lang zugeschlossen und die warmen Ausdünstungen oder Lebensgeister zurückgehalten werden. Warme Bäder hingegen kühlen ab, indem sie die Schweißlöcher zu sehr öffnen und die warmen Lebensgeister zu sehr verfliegen lassen. Diese Charakteristik der Wirkungsweise der warmen und kalten Bäder ist durchaus zutreffend, nur daß wir uns heutigen Tags bei Wärmeverlusten des Körpers mehr physikalisch als physiologisch ausdrücken d. h. mehr von Wärmeeinheiten und Calorieen anstatt von warmen und kalten „Lebensgeistern" sprechen.

Weiter sagt Dr. Hahn in Schweidnitz, wir wiederholen, also schon vor circa 150 Jahren: „Daraus erhellt, wie ungereimt es sei, daß sich die meisten Menschen deßwegen vor dem kalten Baden fürchten, weil sie meinen, daß sie sich dadurch erkälten, da es doch wahrscheinlich ist, daß kalte Bäder mehr erwärmen als die warmen, die nur verzärteln, so daß wir am Ende nicht das geringste Lüftchen vertragen können."

Hören wir nun auch den genialen Rausse, den großen Reformator der Wasserheilkunde, den Verfasser des herrlichen Werkes: „Wasser thut's freilich!" Er sagt: Ehe ich von Oertel und von Prießnitz gehört, wußte ich, daß kalte Bäder nothwendig zur Gesundheit sind. Das hatte mir der Wald und das Wild erzählt. Nämlich ich sann nach, wie doch das Leben in der Cultur ganz anders ist, als in der Natur, ich dachte daran, soviel möglich das Gedeihliche des Naturlebens durch Kunst zu ersetzen.

„Das meiste kalte Wasser kommt im Naturleben an die Füße und überhaupt an die untern Theile des Körpers; folglich muß es gesundheitsdienlicher sein, Füße und überhaupt den Unterkörper mehr mit Wasser in Berührung zu bringen, als den Oberkörper." Diesen letzten Schluß findet nun Rausse durch die Theorie, wie er sie sich in Gräfenberg (wo der

Erdenker des Wasserheilverfahrens, der Bauer Vincenz Prießnitz seine großartige ärztliche Praxis ausübte) holte, glänzend gerechtfertigt. Dieser Lehrsatz lautet, daß das Wasser dahin, wo es am meisten angewendet wird, vorzugsweise die Thätigkeit, die Körperwärme und die Krankheitsstoffe hinleitet. Und in der That ist dies der Kernpunkt der gesammten Wasserheilkunde, die Ableitung des Blutes vom Herde der Krankheit, das sogenannte „ableitende Verfahren". Weiter sagt Rausse: „Füße warm und Kopf kalt! Das wußte man lange; aber nicht, wie es erreichen. Daraus also, daß man den Kopf am wenigsten badet, die Füße aber am meisten von allen Körpertheilen erklärt es sich auch, weßhalb bei den meisten Menschen alle Schärfen in Form von Pickeln auf dem Gesichte sich ablagern, da die Mehrzahl der Menschen so unreinlich ist, täglich nur das Gesicht, nicht aber die übrigen Körpertheile zu waschen und zu baden.

Das ausgezeichnetste aller Schönheitswasser ist das ordinärste Wasser, es gibt der Haut Röthe, Reinheit und eine Art von Durchsichtigkeit. Es gibt dem Körper eine eigenthümliche Ausdünstung. Unter einer derartigen Hautpflege nimmt besonders der weibliche Körper einen süßen lieblichen Milchgeruch an," (So Rausse in seinem Werke: „Geist der Gräfenberger Wasserkur".)

Was die Temperatur des Badewassers anlangt, so bezeichnet die naturgemäße Heilweise und volksverständliche Gesundheitspflege Wasser von 0—1° R. als eiskalt, von 1—5° R. als sehr kalt, von 5—15° R. als kalt, von 15—23° R. als kühl, von 23—26° R. als lau und von 26—29° R. als warm. Von 29° R. an, welches die natürliche Temperatur aller von außen her zugänglichen Höhlen des Körpers ist, beginnt die Stufenleiter der wärmeren und heißen Bäder. Die geeignetste Temperatur für ein kühles Bad ist zwischen 15° – 20° R. Für eine plötzliche und ganz kurze Einwirkung des kalten Wassers verdienen die niederen Temperaturgrade von 5—10° R. den Vorzug.

Man gebraucht die kalten Bäder entweder in Flüssen, Bächen, Seen, Teichen, Bassins oder Wannen.

Die Wirkung des kalten Bades wird theils durch den Grad der Temperatur, theils durch den Druck des Wassers bedingt; zunächst tritt eine heftige Einwirkung auf die Haut ein und auf die in ihr zahlreich verbreiteten Blutgefäße und Nerven. Die Haut zieht sich zusammen, das Blut weicht aus den äußeren Theilen zurück und sammelt sich in den inneren Organen an. Die Folge hiervon ist die, daß die Haut blaß wird und einschrumpft (sogenannte Gänsehaut), Schauder, Frost, Zittern und Zähneklappern, ein Gefühl von Angst und Beklemmung, schnelles, erschwertes Athmen und langsamer Puls sich geltend machen. Aber dieser ängstliche Zustand dauert nur ein Paar Minuten. Mächtig widerstrebt der Körper dem ungewohnten Eindrucke der Kälte und bald strömt das Blut mit verstärkter Kraft nach den äußeren Theilen zurück, die Wärme kehrt wieder, die Haut röthet sich, das Athmen erfolgt regelmäßig, der Puls wird schneller und voller, und ein allgemeines Wolbehagen verbreitet sich über den ganzen Körper. Wer jetzt

das Bad verläßt, nimmt seine wundervollen Wirkungen in seiner ganzen Fülle wahr. Es tritt eine allgemeine Wärme und verstärkte Hautdünstung ein, die Muskeln bewegen sich mit größerer Schnellkraft, alle Verrichtungen gehen mit erhöhter Thätigkeit von Statten, die Eßlust ist gesteigert, der Geist frei und heiter, mit einem Worte: der ganze Mensch ist gekräftigt.

Ueber die Einrichtung, die Dauer und anderweitige Vorschriften bei Anwendung der verschiedenen allgemeinen und örtlichen Bäder ist, um Wiederholungen zu vermeiden, das Nöthige unter den betreffenden Einzelartikeln, nämlich unter Vollbädern, Halbbädern, Fußbädern u. s. w. gesagt, auf welche hiermit verwiesen wird. Im Allgemeinen haben für den Gebrauch von Bädern folgende Regeln Geltung:

1. Ein jedes allgemeine Bad (Vollbad) muß von kurzer Dauer sein. Wenn nicht besondere Krankheiten eine Ausnahme erfordern, so gilt die Regel, das Wasser sogleich zu verlassen, sobald sich Schauer oder Frost einstellt. Der erste Eindruck der Kälte auf die Nerven ist es, welcher vorzüglichen Nutzen bringt, weil hierdurch der gesammte Körper angeregt, gestärkt und abgehärtet wird. Die Dauer des Bades wird übrigens durch die Temperatur des Badewassers bestimmt; je kälter das Wasser ist, desto kürzere Zeit muß das Bad dauern, was einem Jeden sein eigenes Gefühl von selbst lehrt. In einem eiskalten Bade, das, wenn öfter genommen, der Gesundheit auf keinen Fall dienlich ist, darf man nicht länger als 1—2 Minuten verweilen, in einem kalten etwa 5—10 Minuten, in einem kühlen nicht länger (anders, wenn man schwimmt) als 15—20 Minuten. Je schwächlicher der Körper ist, desto kürzer muß die Dauer des Bades sein. Für den diätetischen, die Gesundheit stärkenden und befestigenden Gebrauch eignen sich am besten die kühlen Bäder, für sehr Schwächliche und Bejahrte die warmen Bäder mit nachträglicher kühler Abreibung.

2. Den Kopf und die Brust kühle man sich zuerst mit kaltem Wasser ab, bevor man in das Bad geht, damit nicht Blutandrang nach jenen Theilen entsteht.

2. Der Eintritt in das Bad geschehe schnell.

4. Man gehe nicht mit (durch körperliche Aufregung) erhitzten Körper in's Bad, sondern kühle sich vorher durch gemäßigte Bewegung und allmäliges Ablegen der Kleidungsstücke ab, da sonst selbst Krämpfe und Schlagfluß eintreten können. Nicht minder schädlich ist anderseits eine zu starke Abkühlung und sehr treffend sagt Maccard hierüber: „Wer im Schweiße in ein kaltes Bad träte, der setze sich höchst gefährlichen Folgen aus, aber ein Irrthum ist es doch auch, wenn man meint, man müsse aus der größten Ruhe des Körpers in's kalte Bad gehen. Viel besser ist's, den Körper vorher ein wenig bewegt zu haben. Für einen Körper in der größten Ruhe ist das Bad zu niederdrückend, einige Reaction (Gegenwirkung des Körpers), einiges Spiel in den Organen, und eine etwas stärkere Circulation des Blutes muß der Einwirkung des Bades entgegengesetzt werden, sonst wird Alles zu sehr von der Einwirkung des Bades überwältigt.

Allzugroße Ruhe vor dem kalten Bade und wenn die erforderlichen

Gegenwirkungen des lebenden Körper nicht von gehöriger Stärke sind, rufen ähnliche Erscheinungen hervor, wie sie bei einer schwachen Constitution aufzutreten pflegen, d. h. es erfolgt nach dem Bade Frieren, Unbehaglichkeit und Bedrücktheit.

Unter welchen Umständen es dagegen nicht schadet, mit schwitzendem Körper in's kalte Bad zu gehen, wird in den Artikeln Schwitzen und Vollbad zur Sprache gebracht werden.

5. Man soll nicht bei vollem, aber auch nicht bei ganz leerem Magen baden. Im ersteren Falle wird die Verdauung gestört, indem ein großer Theil des während des Verdauungsprozesses in den Magenwänden besonders reichlich angehäuften Blutes (behufs Bereitung und Absonderung der für die Verdauung erforderlichen Säfte) vom Magen (nach der Haut hin) abgeleitet wird, wodurch der Verdauungsprozeß beeinträchtigt und nothwendiger Weise gestört werden muß. Während der Verdauung ist das Hindrängen der Säfte nach dem Innern ohnedies stark vermehrt und kann auch insofern Nachtheil für die Gesundheit entstehen, als durch die erste Einwirkung des Bades so wie so das Blut von der Körperoberfläche nach dem Körperinnern gedrängt wird. Man warte daher nach dem Essen mindestens 3 Stunden. Ganz nüchtern zu baden ist aber, wie bereits erwähnt, ebenfalls nicht rathsam; wer daher in den Morgenstunden badet, thut wol daran, ein oder anderthalb Stunden zuvor ein leichtes Frühstück zu nehmen.

6. Man bade womöglich nackt, (wir erwähnen dies in Hinsicht auf das weibliche Geschlecht!) mache sich dabei viel Bewegung und reibe die Haut kräftig; als ganz vorzüglich ist das Schwimmen zu empfehlen. Da Letzteres aber im Wannenbade nicht möglich ist, so reibe man den Körper mit der flachen Hand oder mit einem Stück Flanell, Frottirhandschuh, hartem Linnen u. dergl., wodurch die wolthätige Wirkung des Bades ungemein erhöht wird. Nichts ist geeigneter, den Kreislauf des Blutes zu beleben und zu regeln, beginnende Stockungen (Kreislaufstörungen des Blutes, Blutanschoppungen u. s. w.) zu heben, die Nerventhätigkeit zu erregen und die Haut zu kräftigen.

7. Nach dem Bade trockne man sich schnell ab, kleide sich ebenso schnell warm an, halte namentlich auch den Kopf bedeckt, bis die Haare trocken sind, und mache sich mäßige Bewegung, um die Ausdünstung hervorzurufen und zu erhalten.

8. Die örtlichen Bäder können so lange fortgesetzt werden, als sie gut bekommen; nach denselben müssen die gebadeten Theile ebenfalls gut abgetrocknet werden. Die Dauer des Bades richtet sich nach den Umständen.

9. Personen, die an Blutandrang nach den inneren Theilen, besonders an Neigung zu Bluthusten oder Blutspeien leiden, ferner auch solche, die an Blutanhäufungen im Unterleibe, z. B. an Hämorrhoiden, an sehr großer Reizbarkeit der Nerven, oder großer allgemeiner Schwäche leiden, können die äußere Anwendung des kalten Wassers gewöhnlich gar nicht vertragen, und müssen sich durch laue, nach und nach kühlere Waschungen erst daran gewöhnen. Für Neugeborene sind kalte Bäder auf keinen Fall anzurathen, was leicht ersichtlich ist, wenn man bedenkt, daß ein so jugendlicher, zarter

Organismus zuvor 9 Monate lang in dem warmen Bade des Mutterleibes (29° R.) sich befunden hat und nun plötzlich in ein kaltes Bad gebracht wird. Ganz heftige unvermittelte Gegensätze wirken auf einen lebenden Organismus nie vortheilhaft ein. Man bade die Neugeborenen in Wasser von 26 bis 28° R. und verringere nach und nach die Temperatur des Badewassers, die jedoch im ersten Jahre nicht unter 25° R. herabgehen darf.

Die äußere Anwendung des Wassers zerfällt in: ganze oder Vollbäder, Halb- und Sitzbäder, Fußbäder und in andere örtliche Bäder, als Arm-, Augen-, Ellenbogen-, Hand-, Bein- und Sohlenbäder (Thaubäder) in Douchen, Uebergießungen, Einspritzungen, feuchte Packungen (feuchte Wickel), Dampfbäder, Ueberschläge u. s. w. Vergl. auch Schwitzen.

Bähungen, s. Umschläge.

Bandwurm, s. Wurmkrankheiten.

Bauchfellentzündung. Dieselbe charakterisirt sich durch eine große Empfindlichkeit oder auch Schmerzhaftigkeit des Unterleibes, verbunden mit Hitze, Durst und anderweitigen fieberhaften Symptomen. Sehr oft ist sie auch die Folge einer schweren Entbindung und fällt dann meist mit dem Kindbettfieber (s. d. Artik.) zusammen, doch kommt sie nicht minder selten bei dem männlichen Geschlechte vor, zugleich in Verbindung mit Magenentzündung (s. d. Artik.). Sie unterscheidet sich von der Darmentzündung (s. d. Artik.) hauptsächlich dadurch, daß keine vollständige Verstopfung vorhanden ist, die übrigen Symptome sind dagegen durchweg dieselben. Die Behandlung ist ganz dieselbe, wie bei der Brustfellentzündung (s. d. Artik.) nur sind die Umschläge leichter zu machen, tiefer zu legen und öfters kühle Klystiere zu geben. Vergl. Entzündungen.

Bauchgrimmen, s. Blähungen. Vergl. auch Gastrischer Zustand, Kolik und Unterleibskrankheiten.

Bauchspeicheldrüsenentzündung. Ist ebenso wie andere Unterleibsentzündungen zu behandeln. Vergl. Darmentzündung und Leberentzündung 2c.

Bauchwassersucht, s. Wassersucht.

Bauerwetzel, s. Ohrspeicheldrüsenentzündung.

Begießungen, s. Uebergießungen.

Beinbäder werden bei örtlichen Leiden am Beine genommen, wenn ein gewöhnliches Fußbad nicht ausreicht. Wie bei den Armbädern, so muß auch hierzu das Gefäß hoch und eng sein, damit durch zu große Wassermengen dem kranken Theile nicht zu viel Wärme entzogen wird. Erlaubt jedoch der Zustand des Kranken langes Stehen nicht, so sind die Bäder sitzend in Wannen (Zubern) zu nehmen, die so eingerichtet sind, daß man das gesunde Bein außer dem Wasser halten kann. Am besten eignet sich hiezu ein hohes, enges Faß, welches gerade weit genug ist, damit das Bein bequem darin stehen kann; der leidende Theil muß sich natürlich unterhalb der Wasserfläche befinden.

Da ein solches Bad erregend wirken soll, so darf die Dauer des

Bades eine Stunde und mehr betragen, Auftretende Geschwüre sind ein Zeichen des sich regenden Selbstheilvermögens und ist dies das Gewöhnliche, weil durch diese Geschwürsflächen die Ausscheidung des Auszuscheidenden viel leichter und ausgiebiger von Statten geht. Besonders zweckdienlich sind derartige Bäder bei Fisteln, Knochenfraß, bei Flechten, Kniegeschwamm, und bei rheumatischen Leiden.

Beinbruch. Obwol zur Heilung eines Beinbruches die Hilfe eines geschickten Wundarztes unentbehrlich ist, weil nur einen solchen seine anatomischen Kenntnisse und seine Erfahrung, die Art des Bruches zu erkennen, die Bruchenden gehörig zusammenzupassen, die etwaigen Splitter zu entfernen und einen richtigen Verband anzulegen, in den Stand setzen, so kann doch mit Hilfe des kalten Wassers die Heilung außerordentlich befördert und erleichtert werden. Zu diesem Zwecke ist der gebrochene Theil sofort zur möglichsten Verhütung einer allzustarken Entzündung und Anschwellung bis zur Ankunft des Wundarztes mit kalten Umschlägen zu bedecken und diese sooft zu wechseln, als sie warm werden. Zugleich ist es gut, dem Kranken zur Verminderung des Wundfiebers öfters frisches Wasser und wenn er nach etwas Anderem verlangen sollte, Wasser mit eingesottenen, säuerlichen Beerenfrüchten (Johannisbeeren, ganz besonders aber Preißelbeeren) zureichen; nicht minder Durst und Fieber stillend wirkt ein säuerlicher Holzäpfeltrank. (Abkochung von Holzäpfeln.) Wenn heftiges Wundfieber eintritt, so ist der Kranke von der Brust bis zu den Knieen in nasse Leintücher zu wickeln, die von Zeit zu Zeit frisch genetzt werden müssen, außerdem sind die Handgelenke (der Puls) mit im kalten Wasser getauchten und, so oft als erforderlich, erneuten, kalten Ueberschlägen zu umwickeln.

Beinfraß, s. Knochenfraß.

Bergsucht, s. Hüttenkatze.

Betäubung. Die starre Betäubung und der nervöse Zustand der demjenigen eines durch Opium Vergifteten ähnlich ist, wird am sichersten und leichtesten dadurch gehoben, daß man Brust und Gesicht des Betäubten mit kaltem Wasser begießt, ihn wiederholt aufzurichten und umherzuführen versucht, und ihn rüttelt und kaltes frisches Wasser einflößt. Nach Froriep's Notizen (Bd. 7, St. 154) war ein Mann mit nervöser Betäubung behaftet, lag des Morgens in ruhigem Delirium ohne Convulsionen (Muskelzuckungen) und hatte 75 Pulsschläge. Da verordnete der Arzt 6 Minuten lang dauernde Sturzbäder durch Begießen von Wasser mit 18° R., das Delirium ließ plötzlich nach, alle Zufälle beruhigten sich und am andern Tage wandelte der Kranke ruhig im Saale umher. Vergl. Ohnmacht und Scheintod.

Betrunkenheit. Gegen die bekannten Folgen des Betrunkenseins gibt es wol kein besseres Mittel, als das kalte Wasser. Man lege den in völlige Betäubung versunkenen Betrunkenen mit dem Kopfe hoch, suche ihm nach und nach frisches Wasser einzuflößen und wasche ihm Kopf und Brust mit kaltem Wasser oder begieße ihn aus einiger Höhe damit. Kommt er dadurch etwas zur Besinnung, so nöthige man ihn reichlich Wasser zu trinken, damit nicht die lästigen Einwirkungen auf das Gehirn erfolgen. Ist Brechneigung

vorhanden, so muß dieses durch reichliches Wassertrinken begünstigt werden. Vergl. Trunkenheit und Trunksucht.

Beulenpest s. Pest.

Bewegung. Angemessene Leibesbewegungen in freier Luft sind eines der vorzüglichsten, diätetischen, gesundheitsfördernden Mittel der volksverständlichen Gesundheitspflege und eines der mächtigsten Heilmittel der naturgemäßen, also arzneilosen Heilweise, der Naturheilkunde. Alle Verrichtungen des menschlichen Körpers (z. B. die Verdauung, der Säfteumlauf, die Ausscheidung verbrauchter Stoffe aus den Verdauungswegen, aus den Lungen, der Haut, [Schweiß u. s. w.] den Nieren, und ebenso die Absonderungsthätigkeit der Drüsen) wird durch die Beihilfe der Muskeln, welche bei jeder körperlichen Bethätigung in Action treten, angeregt und erhöht, da alle Organe in dem großen verbrüderten Bau des menschlichen Körpers solidarisch sind und sich gegenseitig in ihren Verrichtungen fördern und unterstützen. Aber auch noch in anderer Beziehung ist die Körperbewegung und überhaupt eine körperliche Bethätigung (je vielseitiger dieselbe ist, d. h. je mehr Muskelgruppen sie in Bewegung setzt, um so besser) ein unvergleichliches Mittel zur Erhaltung und Befestigung der Gesundheit. Denn je mehr von den 400 kraftentwickelnden Maschinen — denn das sind die Muskeln — in Thätigkeit versetzt werden, desto stärker erfolgt die Ableitung des Blutes von den inneren edlen Organen nach den Muskeln hin, da diese während ihrer Action zehn- und hundertfach mehr von der in dem Blute gegebenen Betriebskraft brauchen, folglich während ihrer Thätigkeit mehr Blut zuströmen muß. Auf diese Weise werden gesundheitswidrige Blutanhäufungen (Blutanschoppungen) und Congestivzustände (die letzte Ursache von Erkrankungen, Leiden und Beschwerden der mannigfachsten Art) verhütet.

Bienenstich, s. Insektenstiche.

Blähungen. Dieselben entstehen in den meisten, aber keineswegs in allen Fällen durch den Genuß gewisser Speisen und Getränke, sind aber auch die Folge von gastrischen Zuständen, von Verschleimung (chronischer Magen- und Darmkatarrh) und überhaupt von chronischen Unterleibsleiden, namentlich auch bei Hämorrhoidal- und bei gichtischen Leiden. (S. d. Art.) Im ersteren Falle und bei Diätfehlern werden sie oft schneller durch reichliches Wassertrinken und lebhaften Bewegung in freier Luft beseitigt. Weichen sie auch dann noch nicht, so ist Reiben des Unterleibes mit erwärmten Tüchern und Massiren der Nabelgegend angezeigt; in andern Fällen ein feuchter Leibumschlag, erforderlichen Falls mit Wärmezufuhr von außen her (durch eine Bettflasche und dergl.) Bei ohne besondere Veranlassung und häufig wiederkehrenden Blähungsbeschwerden ist vor allen Dingen die Diät im Essen und Trinken zu regeln und leisten hier längere Zeit angewendete Sitzbäder und Klystiere die vortrefflichsten Dienste.

Blasenausschlag. Die Behandlung dieser an sich verhältnißmäßig selten auftretenden Krankheit, bei welcher Blasen von mannigfaltiger Gestalt sich mit Ausnahme der Handflächen und der Fußsohlen überall verbreiten, besteht in mehrmaligem Schwitzen in nassen Leintüchern mit darauffolgendem Bade.

Außerdem ist erforderlich häufiges Wassertrinken und einfache Diät, von welcher saure und salzige Speisen vollständig auszuschließen sind.

Blasenentzündung, s. Harnblasenentzündung.

Blasengicht, s. Nierengicht.

Blasenhämorrhoiden, s. Hämorrhoiden.

Blasenkrampf, s. Harnverhaltung.

Blasenrose, s. Blatterrose.

Blasensteine, s. Harnsteine.

Blattern, s. Pocken.

Blatterrose. Ist eine Abart der Rose, wobei sich die Haut auf dem von der Rose ergriffenen Theile in größeren oder kleinern Blasen erhebt, welche eine gelbliche Flüssigkeit enthalten und nach dem Zerplatzen eine Kruste bilden. Dieselbe ist mehr als die gewöhnliche Rose zur Vereiterung und zu Brand geneigt. Im Uebrigen ist die Behandlung dieselbe wie bei der Rose. (S. d. Art.)

Blauer Husten, s. Keuchhusten.

Blausucht. Diese durch bläuliche Färbung der ganzen Haut bezeichnete Krankheit rührt von einer unzureichenden Auffrischung des Blutes durch den das Leben erhaltenden Sauerstoff der Luft (Lebensluft) her, dessen Beimischung zum Blute in der Lunge das Blut hellroth färbt. (Dies ist z. B. bei hochgradigem Asthma, also bei an Erstickung grenzenden, hochgradiger Engathmigkeit, beim blauen Husten oder Keuchhusten 2c. der Fall.) Hier ist dieser Zustand, wenn er nicht tödtlich endet, nur ein vorübergehender. Die eigentliche andauernde Blausucht hat dagegen ihren Grund darin, daß sich das blaue Blut der sogenannten Blutadern (Venen) mit dem hellrothen Blute der Puls- oder Schlagadern infolge eines organischen (angeborenen) Herzfehlers mischt. Ist diese Krankheit angeboren, so ist dieselbe unheilbar und die Betreffenden überschreiten selten das Alter der Geschlechtsreife.

Bleichsucht. Keine Krankheit weicht der naturgemäßen, arzneilosen Behandlung so rasch und so vollständig als diese, blos dem weiblichen Geschlechte und zwar meist in den Jahren der Geschlechtsreife zukommende, es wäre denn, daß vorher schon viel und namentlich scharfe Arzneien dagegen angewendet worden sind. Denn alsdann wird zwar auch noch vollständige Heilung herbeigeführt und zwar mit Sicherheit, aber es gehört in solchen Fällen große Beharrlichkeit dazu, denn die Kur ist ziemlich langwierig. Wird die Bleichsucht dagegen vernachlässigt, so geht sie nicht selten in schwere Nervenleiden, in wassersüchtige Entartung des Blutes, in Abzehrung und selbst in Schwindsucht über.

Die Bleichsucht beruht wesentlich auf Regelwidrigkeiten in der Blutmischung und ist hierbei die wesentlich vermehrte Anzahl der weißen Blutkörperchen gegenüber den rothen besonders charakteristisch; ebenso oft sind Regelwidrigkeiten in der Bethätigung und dem Verhalten der weiblichen Geschlechtsorgane die Grundursache des Leidens. Die Bleichsüchtigen sind charakterisirt durch eine ungewöhnlich bleiche, hier und da selbst grünliche, leichenartige Hautfarbe, durch Bläsſe der Lippen, durch bläulichgelbe Ringe

um die Augen, durch Schlaffheit, Kühle und Gedunsenheit der Haut, durch Mattigkeit, durch trübe, traurige und reizbare Gemüthsstimmung, durch beklommenen Athem, durch Herzklopfen, gestörte Verdauung, verminderte oder auf ungewöhnliche Dinge gerichtete Eßlust, durch Neigung zur Stuhlverstopfung, Magenkrampf, Auftreibung des Unterleibes, fehlende oder unregelmäßige Menstruation (Periode), weißen Fluß u. s. w.

Außer durch noch unbekannte Ursachen in der geschlechtlichen Sphäre entsteht die Bleichsucht bei schwächlichem Körperbau, bei schlechter oder dürftiger Ernährung und mangelhafter Pflege des Körpers, schnellem Wachsthum, zu frühe oder zu späte Geschlechtsreife, Onanie, Skropheln, Rhachitis, (die sog. Englische Krankheit,) niederdrückende Gemüthsaffecte, besonders unglückliche Liebe, vorwaltende Ausbildung des Geistes, wodurch die körperliche Entwicklung zurückbleibt, viele Romanleserei, Empfindelei, Mangel an Bewegung in freier Luft, Schlafen in ungesunden, weil lichtarmen, feuchten oder schlecht gelüfteten Schlafräumen.

Was die Behandlung der Bleichsucht anbelangt, so sind zunächst, soweit irgend thunlich, die veranlassenden Ursachen zu entfernen, z. B. das übermäßig lange Schlafen, vieles Sitzen und Lesen, der reichliche Genuß erschlaffender Getränke, schwerverdauliche, reizlose Mehlspeisen und blähende Speisen aller Art. Dagegen müssen sich die Patientinnen viel Bewegung in freier Luft machen, nicht auf Federbetten schlafen, fleißig frisches Wasser trinken, täglich eine feuchte Abreibung des ganzen Körpers machen und kräftige, jedoch vorwiegend kühle Nahrung genießen und womöglich eine regelrechte Wasserkur durchmachen; wenn es irgend die Umstände gestatten, in einer Naturheilanstalt, da sich hier nicht nur alles Erforderliche vorfindet, sondern auch die Veränderungen in der ganzen Lebensweise und der Luft, aber nicht minder die Veränderung der geistigen und geselligen Athmosphäre, gegeben durch Zerstreuungen u. s. w. vortheilhaft auf Körper und Gemüth einwirken.

Dabei ist es von großer Wichtigkeit, daß mit der Kur recht gelind begonnen und dieselbe *ganz allmälich* gesteigert wird. Besonders günstig wirken feuchte Wickel (Einwicklungen in feuchte Leintücher) Morgens und Nachmittags, in denen jedoch die Patientinnen nur dünsten oder doch nur ganz wenig schwitzen dürfen; diesen Einwickelungen folgen anfänglich abgeschreckte, später kühle und selbst kalte Abreibungen und ebensolche Bäder. Im Laufe des Tages müssen die Patientinnen 1—2 Sitzbäder, die eine Hauptrolle in der Kur spielen, in der Dauer von 20—40 Minuten und selbst bis von 1 Stunde nehmen. Während des Sitzbades müssen sich die Patientinnen fleißig den Unterleib massiren und frottiren, wodurch Regelwidrigkeiten in den inneren Geburtstheilen (Verengerungen und Verschwellungen des Muttermundes und hierdurch bedingte Störungen in der Menstruation, sogenannte Blutkrämpfe u. s. w,) behoben werden, die sonst keiner andern Heilmaßnahme erfolgversprechend zugänglich sind. Als weitere erfolgversprechende und die Gesammtkur unterstützende und ergänzende Maßnahmen sind zu nennen, längere Zeit hindurch sowohl bei Tage, wie bei Nacht zutragende (natürlich jedesmal wieder erneuerte) feuchte (erregende)

Unterleibspackungen. Ein außerordentlich kräftig wirkendes Mittel, um die Regelwidrigkeiten in dem Geschlechtsleben zu überwinden, ein Mittel, welches jedoch erst bei vorgeschrittener Kräftigung der Patientinnen in Anwendung gebracht werden darf, sind die 1—2 Minuten lang, täglich mehrere Male anzuwendenden Douchen, welche auf den Leib der Patientinnen applicirt werden müssen und durch welche die inneren weiblichen Theile zu kräftigen Contractionen (wehenartiges Sichzusammenziehen der Gebärmutter und ihres Zubehörs — die breiten und runden Mutterbänder) angeregt und hierdurch in der erwünschten und angestrebten Weise gekräftigt werden. Bei vorhandenen Herzfehlern müssen sowohl stärkere Schwitzkuren, wie auch die kalten Douchen, Sitz- und Vollbäder fortbleiben. Beim Eintritt der Menstruation müssen die kühlen Sitzbäder ganz fortbleiben oder wenn wünschenswerth durch solche von abgeschrecktem Wasser ersetzt werden. Wenn sich krampfhafte Zufälle einstellen, so ist eine feuchte oder auch eine trockene Abreibung das beste Mittel, um dieselben zu beseitigen. Wenn trotz der Leibumschläge und trotz der Sitzbäder dennoch kein regelmäßiger Stuhlgang vorhanden ist, so sind Klystiere am Platze.

Bleikolik. Die unter dem Namen Bleikolik bekannte Krankheit besteht in einer Bleivergiftung und äußert sich durch häufige Kolikschmerzen, hartnäckige Verstopfung, Abmagerung, Krämpfen u. s. w. Sie kommt am häufigsten bei Berg- und Hüttenarbeitern, Vergoldern, Lackirern (die mit bleiweißhaltigen Farben zu thun haben), Schriftsetzern und Metallarbeitern vor. Sie ist eine Folge der Einathmung von Metall- und insonderheit von Bleistaub, also eine langsam einwirkende Metallvergiftung. Das beste vorbeugende Mittel ist die Milch, welche, bevor man an die Arbeit geht, genossen werden muß; dieselbe verbindet sich chemisch mit dem in den Magen (durch den abgeschluckten, metallstaubhaltigen Speichel) gelangten Metallstaub und hebt in der Hauptsache dessen schädliche Einwirkungen auf. Bei bereits bestehender Metallvergiftung ist die bei dem Mercurialsiechthum (s. d. A.) vorgeschriebene, dem Kräftezustand des Kranken gehörig angepaßte Behandlung am Platze und bewährt sich am besten.

Blindheit, s. Staar, grauer, schwarzer.

Blitzgetroffene. Wird Jemand vom Blitze getroffen, so bestehen die dadurch hervorgebrachten Wirkungen gewöhnlich in einer sehr großen Erschütterung, die zuweilen so heftig ist, daß das Leben augenblicklich erlischt; in anderen Fällen waren kalter Brand und Epilepsie die Folge. Letztere Fälle sind auf die am gehörigen Orte angegebene Weise zu behandeln. Wenn dagegen nur Betäubung oder Scheintod sich kund gibt, keine größeren Blutgefäße (Adern) zersprengt wurden, oder sonstige absolut tödtliche Verletzungen nicht vorhanden sind, so kann der Getroffene am sichersten (ohne Aderlaß und sonst übliche Mittel) durch bloßes Begießen mit kaltem Wasser wieder ins Leben zurückgerufen werden. Dr. James Ried hat einen vom Blitze Getroffenen nach Verfluß von 30—40 Minuten dadurch ins Leben zurückgerufen, daß er ihm Brust und Gesicht beständig mit kaltem Wasser begoß. Auch Dr. Macaulay zählt dieses Verfahren

zu den zweckmäßigsten Wiederbelebungsversuchen in einem solchen Falle. Vergl. übrigens Erstickte und Scheintod.

Blödsinn. Diese Art von Geisteskrankheit wird nur in den seltensten Fällen einen Gegenstand ärztlicher Behandlung bilden, da es sich hier fast durchweg um angeborene Mängel und Hemmungsbildungen im Gehirn und Rückenmark handelt, die auf keine Weise ersetzt oder sonst wieder gut gemacht werden können. Vergl. Geisteskrankheiten.

Blutadergeschwülste. (Blutaderknoten, Krampfadern, Varicose, Venenbruch, Venenerweiterung, Venenknoten.) An verschiedenen Körperstellen, ganz besonders aber an den Unterschenkeln und Füßen bilden sich bisweilen Geschwülste von dunkelblauer Farbe, welche durch Erweiterung von Theilen der Blutadern (Venen) veranlaßt werden und stets die Folge von gestörtem Blutumlauf sind. Am häufigsten kommen sie bei Schwangeren, infolge des Druckes, welchen die schwangere Gebärmutter auf die von den Beinen her aufsteigenden Blutadern (Venen) ausübt. Doch können auch andauernde Verstopfung der Unterleibseingeweide und zwar nicht bloß Stuhlverstopfungen, sondern auch Blutanschoppungen und Blutverhockungen in den Unterleibsorganen und selbst zu fest gebundene Strumpfbänder, die ebenfalls den Rückfluß des Blutes hemmen, die Bildung von Krampfadern herbeiführen oder doch auf jeden Fall begünstigen. Diese Aderschwäche, bestehend in einer übermäßigen krankhaften Ausdehnung der Aderwände, wodurch sich die ganze Ader übermäßig erweitert und der Blutverkehr träg und langsam wird, entsteht jedoch auch infolge allgemeiner Schwäche oder bei sitzender Beschäftigung, ganz besonders jedoch bei Solchen, die ihren Beruf stehend ausüben. (Schriftsetzer, Köchinnen, Waschfrauen, Plätterinnen.)

Die Heilung dieses Uebels erfordert strenge Diät, Vermeidung stark gewürzter Speisen und erhitzender (geistiger und anderweitiger) Getränke. Die Anwendung einer milden Wasserkur und das feste oder kunstgerechte Binden oder Einschnüren des betreffenden Gliedes mit einer langen und breiten Binde oder auch der Gebrauch eines Schnürstrumpfes leisten hierbei die besten Dienste. Der leidende Theil ist täglich mit frischem Wasser zu waschen und zu begießen und mit durch kaltes Wasser befeuchteten Compressen zu belegen.

Man hüte sich aber, solche Geschwülste zu früh durch Fußbäder und Umschläge u. dergl. örtlich zu behandeln, ehe man eine bessere Blutmischung und Ausscheidung der unreinen Säfte durch eine entsprechende, kühlende und mildnährende (viel Obst, Brod und Milch) durch öftere, gelinde Schwitzkuren und Bäder herbeigeführt hat. Es bleibt bei derartigen Leiden um so wichtiger und nothwendiger, Blut und Säfte rein zu halten, da derartige Uebel gewöhnlich eine ausgiebige Körperbewegung nicht zulassen.

Blutandrang, s. Congestionen.
Blutast, s. Schwären.
Blutbrand, s. Milzbrand.

Blutbrechen, auch die schwarze Krankheit des Hippokrates genannt, beruht auf einer Ueberfüllung der Blutgefässe des Unterleibes, besonders bei gleichzeitigen Krankheiten der Leber und Milz. Nicht selten ergießt sich das Blut zu gleicher Zeit durch den Mund und den After und zwar in großer Menge, ist schwarz und geronnen, unter Umständen mit Speisen und Schleim vermischt. So sehr auch derartige Blutungen Schrecken einzuflößen pflegen, so sind sie doch weit weniger gefährlich, als man meinen möchte. Neben der Behandlung der Grundursachen, also unter Anwendung desselben Verfahrens, wie es bei Unterleibskrankheiten (s. d. Art.) in Anwendung kommt, muß der Kranke fleißig — jedoch nur immer kleine Portionen auf's Mal — kaltes Wasser trinken, kalte Fuß- und Sitzbäder nehmen und den Unterleib mit erregenden Umschlägen (s. d. Art.) und kühlen Klystieren behandeln, starke Bewegung, starkes Schwitzen und Vollbäder vermeiden, und sich einer milden, von harten Stoffen freien Nahrung befleißigen. Der Erfolg wird bei einem solchen Verhalten immer ein günstiger sein.

Blutcongestionen, s. Congestionen.

Bluteißen, s. Schwären.

Blutentziehungen. Ueber ihre Verwerflichkeit s. Entzündungen.

Blutflüsse bestehen in einem widernatürlichen Ausströmen oder Hervorrieseln des Blutes aus den Kanälen der Blutgefässe und man nennt sie, wenn sie die Folge von starkem Blutzudrang (Blutwallungen) sind, active; beruhen sie dagegen auf Circulationsstörungen in den Blutbahnen (z. B. in Stauungen und Anschoppungen des Blutes) passive; diese Art von Blutungen kann auch durch Verletzung von Adern und überhaupt durch Verwundungen auftreten. Heftige Blutungen haben Kälte der Gliedmaßen, der Ohren und der Nase, wachsfarbige Bläße der Haut, kalte Schweiße, Schluchzen und Ohnmachten, Convulsionen (krampfartige Zuckungen und sonstige Beder Muskeln) große Schwäche und zuweilen den Tod zur Folge.

Das kalte Wasser ist auch hier, sowohl in seiner innerlichen wie in seiner äußerlichen Anwendung ein geradezu souveränes Heilmittel und besonders bei Blutflüssen und bei Blutverlusten helfen kalte Bäder und zwar in zahlreichen Fällen ohne allen chirurgischen Beistand. Ein merkwürdiges Beispiel dieser Art citirt Dr. Munde aus der Berliner „Medizin. Zeitung", wonach ein Knabe, der von einem Pferde über das rechte Auge geschlagen worden war, was eine von der Nasenwurzel nach dem rechten Ohre laufende 2½ Zoll lange, den Knochen durchdringende Wunde zur Folge hatte, die die Stirnhaut bloßlegte und einen sehr heftigen Blutverlust bewirkte. Einzig und allein durch die ununterbrochene Anwendung von ganz kalten Umschlägen bei sparsamer, leichter Kost und gelinder, kühlender Abführung und durch Zusammenziehen der Wundränder mittelst Heftpflasterstreifen ward diese äußerst schwere Verletzung so vollkommen geheilt, daß die Narbe kaum sichtbar war. Vergl. außerdem die einzelnen Artikel über: Blutbrechen, Blutharnen, Bluthusten, Gebärmutterblutfluß, Hämorrhoiden, monatliche Reinigung (Menstruation, Periode), Nasenbluten und Wunden.

Blutgeschwüre, s. Schwären.

Blutharnen. Der Abgang von Blut mit dem Harn kann durch äußere Gewalt, wie Schläge und Quetschungen, durch heftige Leibesbewegungen, durch die durch Harnsteine veranlaßte Reizung der Blasenschleimhaut oder der Nieren (Nierenkelche) u. s. w. herbeigeführt werden. Das dem Harne beigemischte Blut kann entweder aus den Nieren, oder aus den Harnleitern oder aus der Harnblase, oder aus den Samenbläschen, oder aus der Harnröhre stammen. Schwächung der Harnwerkzeuge, Blutanschoppungen in den Unterleibsorganen, allgemeine Blutentmischung, Hämorrhoiden, geschlechtliche Exzesse (z. B. Uebermaß im Beischlaf) u. s. w. gehören zu den hauptsächlichsten Ursachen. Das Blutharnen gehört auch zu denjenigen Krankheiten, die leichter zu verhüten, als zu heilen sind, besonders wenn man die zur Verhütung der Hämorrhoiden (s. d. Art.) gegebenen Vorschriften befolgt d. h. sich im Geschlechtsgenusse mäßigt und reichlich Wasser trinkt. Hat aber das Uebel einmal Wurzel gefaßt, dann ist eine nüchterne Lebensweise doppelt nothwendig.

Eine vollständig durchgeführte Wasserkur befördert den Abgang von Harngries und selbst von Harnsteinen in kaum glaublicher Weise, wodurch der schädliche Reiz für die Nieren und die Harnblase beseitigt wird. Ist eine heftige und gefahrdrohende Blutung zu stillen, so sind Fuß- und Sitzbäder, kalte Waschungen und Ueberschläge der Blasen- und Nierengegend, ebenso wie der Geschlechtstheile anzuwenden, nebenher ein gelindes Schwitzen in feuchten Leintüchern, reichlicher Genuß von frischem Wasser, kühle Diät und kühle Klystiere. Außerdem ist es nothwendig, daß der Kranke die Rückenlage vermeidet.

Bluthusten, (Blutspeien, Blutspucken, Blutsturz). Einen Erguß schaumigen Blutes aus den Lungen, der durch Spucken oder Husten ausgeworfen wird, nennt man, wenn die Menge des ausgehusteten Blutes nur klein ist, blutigen Auswurf, werden dagegen größere Mengen Blut ausgeworfen, Blutsturz. Ist derselbe die Folge einer bereits ausgebildeten Lungenschwindsucht, (s. d. Art.) dann sind die Aussichten ziemlich trostlos, wenn es dagegen das Symptom eines erst beginnenden Brustleidens ist, so ist selbst dann, wenn Anlage zur Lungenschwindsucht vorhanden ist, oder die Blutung die Folge von unterdrückten Blutflüssen anderer Art, z. B. der Menstruation oder von Hämorrhoidalblutungen ist, das Beste zu hoffen, wofern nur die Lebenskraft nicht vollständig gesunken ist. Eine gelinde, allmälich sich steigernde Wasserkur im Verein mit einer milden Diät (Milch- und Obstkur) sind hier angezeigt.

Vor allen Dingen ist jedoch für eine möglichst vollkommene Ruhe des Kranken und strenge Vermeidung jedweder körperlichen, geistigen und gemüthlichen Aufregung Sorge zu tragen. Schwitzkuren, Douchen und Bäder aller Art sind zu vermeiden. Dagegen sind kalte Waschungen der Brust, reichlicher Genuß frischen Wassers, lang andauernde ableitende Fuß- und Sitzbäder in abgeschrecktem Wasser und gleichzeitig anzuwendende kühle Umschläge auf die Brust von vortrefflicher Wirkung. Eine derartige Anwendung muß jedoch längere Zeit hindurch fortgesetzt werden und empfiehlt es sich auch

zeitweilig (wöchentlich 3 4 Mal) den Körper des Kranken in feuchten Leintüchern leicht dunsten (aber nicht schwitzen!) zu lassen.

Wenn bei einzelnen Zufällen Fußbäder nicht die erwünschten Dienste thun, müssen auch zugleich Handbäder in Anwendung gebracht werden, wobei Arme und Beine fleißig in der Richtung nach dem Herzen hin, also von den Füßen und Händen nach aufwärts gerieben werden müssen und der Kranke in kleinen Portionen kaltes Wasser trinken muß. Die Diät muß leicht und kühlend sein; kein Fleisch, keine Fleischbrühe, keine aufregenden und erhitzenden (also auch keine geistigen) Getränke, dagegen Hafergrütze, viel dürres oder frisches Obst und Milch.

Blutschlagfluß. Wenn das Blut plötzlich mit solcher Heftigkeit nach dem Kopfe drängt, daß die morschen, weil verfetteten oder verkalkten Adern im Gehirn (bei sehr Fettleibigen und Hochbetagten) oder auch die infolge übermäßigen Genusses geistiger Getränke durch das übermäßige Herzuströmen von Blut nach dem Gehirn (Blutandrang nach dem Kopfe) geschwächten, weil schon oft übermäßig ausgedehnten Adern bersten und Blut in die Gehirnmasse oder in eine der Höhlen des Gehirns tritt, so nennt man dies blutigen Hirnschlag, Schlagfluß (Apoplexie). Hierdurch werden die Verrichtungen des Gehirns sofort gelähmt, das Bewußtsein schwindet und es tritt Lähmung der Zunge und der Gliedmaßen, meistens der einen Körperseite, ein. Nicht selten tritt alsbald der Tod ein.

Das Zweckmäßigste und Sicherste ist, wenn Personen, die an Blutandrang nach dem Kopfe leiden, die unter dem Artikel Kopfcongestionen vorgeschriebenen, einer derartigen Katastrophe vorbeugenden Gesundheitsregeln und entsprechende Lebensweise befolgen, wodurch der Schlagfluß in den allermeisten Fällen verhütet werden wird.

Beim Eintritt eines Schlagflusses ist es nothwendig, die Gliedmaßen tüchtig zu reiben, besonders die Füße, und kalte Umschläge auf den Kopf anzuwenden, ebenso leisten ganz besonders hier häufig gegebene kalte Klystiere die vortrefflichsten Dienste. Um neue Anfälle zu verhüten, sei man mit der Diät äußerst vorsichtig und hüte sich ebenso sehr vor körperlicher und geistiger Ueberanstrengung, wie vor heftigen Körperbewegungen und Gemüthsaufregungen. Eine nicht minder große Gefahr liegt in üppigen Mahlzeiten und in dem Genusse geistiger Getränke, die nur mit ganz großer Vorsicht genossen werden dürfen. Vergl. Nervenschlagfluß.

Blutschwären, s. Schwären.

Blutspeien, Blutspucken, s. Bluthusten.

Blutstillungsmittel. Das einfachste Blutstillungsmittel bei Verletzungen besteht in kaltem Wasser, vermittelst kalter Umschläge auf die Wunde angebracht, wo nöthig in Form eines Druckverbandes, d. h. fest um die blutende Stelle gelegter, in brunnenkaltem Wasser genetzter Leinwandstreifen. Durch kaltes Brunnenwasser wird auch zugleich der die Verwundung begleitende Schmerz gelindert und der nachfolgenden Entzündung vorgebeugt. Zur augenblicklichen Stillung eines Blutflusses sind die speziellen Maßnahmen

anzuwenden, wie sie bei den einzelnen Arten von Blutflüssen (s. d. A.) angegeben worden sind. Vergl. auch Wunden.

Blutsturz, s. Bluthusten.

Blutverderbniß. Dieselbe äußert sich durch eine wässerige, theils von der mangelhaften Ernährung und Blutbereitung selbst, theils von der fehlerhaften Bauart und Function der blutbereitenden und blutleitenden Organe ausgehenden Beschaffenheit des Blutes, welche zu Störungen verschiedener Art Veranlassung gibt und an dem äußern Ansehen der Haut und dem allgemeinen Kräftemangel wahrzunehmen ist.

Bei der Blutverderbniß, also bei Blutentmischungen aller Art, offenbart sich die an's Wunderbare streifende Heilkraft des Wassers am augenscheinlichsten und alle Wasserheilanstalten haben die auffallendsten Beispiele glücklicher Heilungen von Krankheiten dieser Art, Krankheiten, die vorher jeder Behandlungsweise spotteten, aufzuweisen. Keine Heilmethode ist gleich sehr geeignet, die fehlerhafte Beschaffenheit des Blutes so erfolgsicher zu verändern, als das Wasserheilverfahren, durch welches die Mischung des Blutes verbessert, die wässerigen Bestandtheile aus demselben entfernt werden (durch Schwitzkuren), durch Bäder und anderweitige Anwendungsformen des Wassers die Ernährung und die Hautthätigkeit gekräftigt, kurz alle Vortheile anderer Heilverfahren in sich vereinigt werden, ohne auch nur einen einzigen ihrer Nachtheile mit sich zu führen.

Bei allen durch Blutverderbniß erzeugten Krankheiten schreitet jedoch die Heilung nur langsam vorwärts. Die Diät muß nahrhaft und anregend sein (s. d. A.) und vorwiegend in Fleischkost bestehen.

Zu den von Blutverderbniß herrührenden Krankheiten sind insbesondere zu zählen: Bleichsucht, Quecksilbersiechthum, Kacherieen infolge schwerer Wechselfieber und Skorbut (Scharbock).

Borkenflechten, s. Flechten.

Brand. Wenn einzelne Körpertheile in Brand übergehen, d. h. infolge mehr oder weniger vollständig aufgehobener Blutzufuhr (z. B. infolge zermalmender Verletzungen u. s. w.) abzusterben beginnen, so betrachtete man diese bisher, wofern der Brand schon weit vorgeschritten war, als nicht mehr zu retten. Die naturgemäße, arzneilose Heilweise hat auch in dieser Beziehung ganz neue, fast unglaubliche Resultate geliefert. Schon Dr. Krause sagt in seiner „Hydrotherapie" S. 81: Gräfenberg, also die Wiege der Wasserheilkunde, habe die merkwürdigsten Beispiele geliefert, (von denen er selbst ein auffallendes erzählt,) was eine zweckmäßige und beharrlich durchgeführte Wasserbehandlung selbst in solchen Fällen noch vermag. Die Zahl der schon dem chirurgischen Messer zugesprochenen Glieder, welche schon allein Prießnitz, der Entdecker des Wasserheilverfahrens, rettete, ist Legion. Besonders bemerkenswerth ist hier auch der bereits in dem Artikel über „Volksverständliche Gesundheitspflege und Naturheilkunde" erwähnte Fall, betreffend den Herzog Wilhelm von Würtemberg. Ihm, dem in der Schlacht von Novara (1849) das Kniegelenk und der Unterschenkel vollständig zerschossen worden war, erklärten die ersten Autoritäten der Wundarzneikunde

in Wien, daß sein Leben nur dann gerettet werden könne, wenn man ihm das Bein ablöse, (amputire). Er bestand darauf, lieber sterben zu wollen. Doch ließ er sich zu einem „Kurpfuscher" (wie ja die zünftigen Aerzte alle nicht zünftigen zu betiteln pflegen) dem Bauer Schroth in das von der Wiege der Wasserheilkunde (Gräfenberg in Oesterreichisch-Schlesien) eine Stunde entfernte Lindewiese transportiren. Der „Kurpfuscher" Schroth stellte den Patienten in kurzer Zeit so vollständig wieder her, daß der Herzog im nächsten Winter auf dem Hofballe in Wien tanzen konnte und man fragte sich, wer denn hier die „Kurpfuscher" waren, der Bauer Schroth oder die Wiener Professoren.

In derartigen Fällen ist ein stark ableitendes und zugleich beruhigendes, den Gesammtorganismus kräftigendes Verfahren angezeigt. Feuchte Einhüllungen und abgeschreckte Bäder (Sitz- und Sohlenbäder, s. d. A.), milde, erwärmende und zugleich beruhigende Umschläge setzen dem Fortschreiten des Brandes am ehesten eine Grenze und erhalten sicher alles das, was noch zu retten ist.

Auch Baron Chabot erzählt in seinen Notizen über Gräfenberg Notice sur Graefenberg, St. Petersbourg, ein merkwürdiges Beispiel von einem geretteten unglücklichen Familienvater, dessen Arm infolge eines ungeschickten Aderlaßes bereits in Brand übergegangen war, der sich bis an die Brust verbreitete, und den die Aerzte schon aufgegeben hatten.

Bräune (Häutige Bräune, Croup). Diese Krankheit tritt gewöhnlich in der Nacht auf und zwar mit größter Heftigkeit, und ist durch einen „bellenden" Husten und große Athemnoth charakterisirt, außerdem aber von starkem Fieber begleitet. Dabei bilden sich Membranen (Häute, daher der Name „häutige Bräune"), welche die innere (Schleimhaut-)Oberfläche des Kehlkopfes, der Luftröhre und ihrer Verzweigungen gleich einer ziemlich fest anhaftenden Tapete überkleiden. Hierdurch wird der Verkehr der Athmungsluft mit dem Blute schwer beeinträchtigt, der Sauerstoff der Athmungsluft, als das zum Fortbestand des Lebens unerläßlich nothwendige Element, kann nicht in erforderlichem Maße auf das Blut einwirken und dasselbe zu neuer Lebensthätigkeit auffrischen, weil jene Häute den Austausch und Wechselverkehr gewisser Bestandtheile des Blutes, die ausgeschieden werden müssen, wenn das Leben fortbestehen soll (Kohlensäure) und gewisser Bestandtheile der Athmungsluft (Sauerstoff, Lebensluft, Lebensodem), wesentlich vermindern oder erschweren oder aber ganz verunmöglichen, was alsdann den Erstickungstod zur Folge haben muß, indem das Blut immer kohlensäurehaltiger und dunkler, also für den Fortbestand des Lebens untauglich wird.

Aus dem Gesagten wird ersichtlich, daß die häutige Bräune hauptsächlich auf mechanische Weise Schaden bringt und selbst das Leben der kleinen Patienten bedroht, indem sie die Athmungswege durch die sich bildenden Häute (Ausschwitzungen einer zähen, eiweißreichen Substanz, welche viel ähnliches mit gesottenen Maccaroni hat), im Kehlkopfe (durch Verlegung und Verengerung der Stimmritze) unwegsam macht und in den feinsten Verzweigungen der Luftwege (Luftröhre), also in der Lunge, wie bereits

oben erwähnt wurde, den zum Leben unbedingt nothwendigen Austausch zwischen Blut und Athmungsluft mehr oder weniger unmöglich macht.

Es entsteht nun die Frage, auf welche Weise bei der Halsbräune das eigentliche Uebel, nämlich die die Schleimhaut des Kehlkopfes und der Luftröhrenverzweigungen überkleidenden Membranen (Häute) beseitigt werden können, weil, wenn dies geschehen, der Patient als vollständig genesen zu betrachten ist.

Wenn daher die Bräunehaut (Croup-Membran) ausgeworfen wird, was gewöhnlich unter Husten oder Erbrechen zu geschehen pflegt, so ist damit auch die vollständige Genesung gegeben. Dieser Umstand scheint die alte (allopathische) Schule dazu veranlaßt zu haben, bei der häutigen Bräune Brechmittel zu geben, damit infolge der starken Erschütterung, welche während des Brechaktes das Zwerchfell und die Lungen erfahren, die Bräunehaut von der Kehlkopf- und Luftröhrenschleimhaut losgelöst, beziehentlich losgerissen und ausgehustet, ausgebrochen und überhaupt ausgeworfen wird. Dieses Heilverfahren trägt den Stempel des Nothbehelfs auf der Stirne und läßt sich auch nicht viel dagegen sagen, solange keine anderweitige Heilmethode vorhanden war. Die naturgemäße Heilweise verwirft, wie sie überhaupt **jedwede** Behandlung von Krankheiten mit Arzneien verwirft, die Behandlung der häutigen Bräune mit Brechmitteln unbedingt. Sie weiß nur zu gut, wie schwer der Kampf ist, den die Natur des Kranken schon allein mit der Krankheit selbst zu kämpfen hat und wie sehr dieser Kampf durch die Einverleibung von Arzneien erschwert oder selbst vollständig aussichtslos gemacht wird, insofern der Natur des Kranken außer der Krankheit noch ein zweiter, neuer Feind, die Arznei, entgegenstellt wird. Die heftige, scharfe oder direct giftige Einwirkung der gereichten Arzneien würde die Natur des Kranken vielleicht für sich allein, d. h. in gesunden Tagen überwinden, nicht aber in kranken Tagen, wo der Körper des Kranken, (d. h. seine „Natur", seine lebenerhaltenden Kräfte) durch den heftigen und anstrengenden oder lang dauernden Kampf mit der Krankheit abgeschwächt ist, so daß ihm weit weniger Kräfte, als in gesunden Tagen zum Widerstande gegen feindselige Einwirkungen und zur Abwehr derselben zur Verfügung stehen.

Und welche Kraftanstrengungen seitens der Natur des erkrankten Organismus sind gerade bei der häutigen Bräune erforderlich, um in mühsamster Weise den Fortbestand des Lebens zu fristen, gegen den durch die Krankheit erzeugten Nothstand anzukämpfen und unter dem Aufgebot aller zur Verfügung stehenden Kräfte den eigentlichen Feind, die Krankheit selbst, zu überwältigen. Ist es unter solchen Umständen wirklich rationell, also wirklich vernünftig, der bereits mit der äußersten Anstrengung und dem Aufgebot aller Kräfte kämpfenden Natur noch neue und unter Umständen unüberwindliche Schwierigkeiten durch die Einführung von giftigen Stoffen in den Körper, zu bereiten? Ist ein derartiges Heilverfahren vom Standpunkte der Vernunft, des Gewissens und der „Wissenschaft" zu rechtfertigen, wo es anderweitige natur- und vernunftgemäße Mittel gibt, welche erfahrungsgemäß

weit mehr leisten, und dabei dem Körper des Kranken weder direct, noch indirect Schaden bringen? — —

Sobald die dem Organismus feindselige, weil giftige Arznei (Brechmittel) in den Magen des kleinen Patienten gelangt, wenden sich die lebenerhaltenden Kräfte (die „Natur" des Kranken, wie man zu sagen pflegt) gegen diesen neuen Feind und schlagen ihn siegreich aus dem Felde, indem sie ihn durch „Erbrechen" aus dem Körper ausstoßen und zwar von rechtswegen, denn die dem menschlichen Körper eingeborene instinktive Weisheit, dieser jedem Lebewesen eingeborene Leibarzt, weiß recht wohl, was dem Körper frommt und was ihm feindselig ist.

Es würde die in Rede stehende, feindselige, giftige Arznei auch schon an den Eingangspforten des menschlichen Körpers (Nase und Mund) von den daselbst stationirten Gesundheitswächtern (Geruch und Geschmack) unter lebhaftem Protest zurückgewiesen worden sein, wenn man nicht die betreffende Arznei dem berechtigten Widerstand leistenden kleinen Patienten gewaltsam eingelöffelt hätte. Dies geschieht bekanntlich oft genug mit raffinirter Gewaltthätigkeit. Das kleine Wesen ist ja noch nicht von dem Arzneimittelaberglauben angesteckt, daß giftige Stoffe, die einen gesunden Menschen unfehlbar krank machen, oder ihm sogar das Leben kosten können, zugleich auch „Heil"-Mittel sein **sollen,** denn durch solche widersinnige Irrlehren, durch solche Paradoxen kann man wol den „Verstand" erwachsener und mündiger Menschen irre führen und die vielgepriesene, menschliche „Vernunft" ersticken, nicht aber die ursprüngliche instinktive Weisheit eines noch nicht intellectuell verhunzten kleinen Lebewesens. Diese dem kleinen Lebewesen eingeborene, instinctive Weisheit wehrt sich denn auch gegen den dem Körper durchaus fremdartigen, feindseligen, giftigen Eindringling, dessen wahre gesundheitsfeindliche Natur die Beiden an den Eingangspforten des Körpers Wacht haltenden Hüter der Gesundheit sofort erkennen und gegen dessen Einverleibung sie in Gestalt von Ekel oder Widerwillen lebhaft protestiren. Aus diesem Grunde verschließt sich auch die zum Magen führende Eingangspforte, der Mund, und widerstrebt der Aufnahme des Arznei-Unrathes. Da die studirte Intelligenz es sich nun aber nicht nehmen läßt, die Mutter Natur zu hofmeistern — (das Küchlein will klüger sein als die Henne), so verschließt man dem kleinen Patienten die Athmungswege, indem man mit den Fingern die Nase desselben zuhält und ihn dadurch zwingt, den krampfhaft geschlossenen, die Aufnahme des giftigen Stoffes abwehrenden Mund zu öffnen, um bei dieser Gelegenheit das sogenannte „Heilmittel" einzulöffeln. — —

Ist die Lockerung der Bräune-Haut (Croupmembranen) so weit vorgeschritten, daß sich dieselbe von der Kehlkopf- und Luftröhrenschleimhaut los zu lösen vermag, wodurch es einzig und allein möglich wird, dieselbe hinauszuwerfen (durch heftige Hustenbewegungen), so kann es allerdings geschehen, daß dieselbe durch den Brechakt zum Theil mit ausgeworfen werden.

Wie aber dann, wenn noch keine Lockerung und Lösung der Bräunehaut vorhanden ist, und deßhalb das Brechmittel, da das Erbrechen nicht

den gewünschten Erfolg hat, immer und immer wieder von Neuem eingelöffelt wird? Alsdann werden die noch vorhandenen Kräfte des kleinen Patienten durch den sich in ganz kurzen Zwischenräumen wiederholenden Brechakt fast ausschließlich in Anspruch genommen und erschöpft, hierdurch aber die Widerstandskraft seiner Natur gegenüber der unheilvollen Krankheit gebrochen, so daß nicht selten der Tod durch Erschöpfung dem nunmehr fruchtlosen Kampfe der Natur mit der Krankheit ein Ende macht. Ja, es kann geschehen, daß nunmehr die Bräune-Häute sich so weit gelockert und gelöst haben, daß sie bei anhaltendem, längerem und kräftigem Husten ausgehustet werden könnten, aber es fehlt nunmehr an der erforderlichen Kraft, um anhaltend und kräftig husten zu können; denn derselbe gesammte Apparat, nämlich die dabei gemeinsam in Aktion tretenden Muskelgruppen, welche man insgesammt als „Bauchpresse" zu bezeichnen pflegt, der hierbei in kraftvolle Aktion treten mußte, ist bereits in seinen Kräften durch das häufige Erbrechen vollständig erschöpft. Es sind also in der Hauptsache dieselben austreibenden Kräfte, welche einerseits den Brechakt, andererseits das angestrengte, kraftvolle Husten vermitteln und ermöglichen. (Bauchmuskeln, Zwerchfell, Brustmuskeln 2c.) Sind die Kräfte des dem Brechakte dienenden Muskelapparates erschöpft, und kann der kleine Patient „aus lauter Schwäche" das eingeflößte Brechmittel nicht mehr von sich geben, so geht derselbe nicht selten direkt an dem giftigen Brechmittel zu Grunde, weil dieses nunmehr in größerer Menge im Magen zurückbleibt und infolge dessen in's Blut aufgenommen wird.

Die Naturheilkunde lehrt und beweist die Richtigkeit dieser ihrer Lehre durch die That:

Daß man die Entzündung eines jeden Organes oder überhaupt Körpertheiles am wirksamsten dadurch bekämpfen, und am sichersten dadurch heilen kann, daß man den in den entzündeten Theilen, infolge der Entzündung gegebenen Ueberschuß an Blut nach anderen, entfernteren Körpertheilen und vor allen Dingen nach der Körperoberfläche, nach der Haut hin, **ableitet.** Das ableitende Verfahren ist überhaupt der Grundgedanke der gesammten (entzündungswidrigen) Behandlung von Entzündungen, wie sie die naturgemäße Heilweise in allen entzündlichen Krankheiten anwendet.

Welches mächtige, unvergleichliche und bei Entzündungszuständen aller Art geradezu **universelle** Mittel bildet daher gerade das ableitende Verfahren und dieses mächtige, universelle und souveräne Mittel legt die naturgemäße Heilweise in Jedermanns Hände, denn dasselbe kann **jederzeit** und **überall** und **sofort** und **ohne alle Kosten** und von **Jedermann** angewendet werden. Immer, wenn ein inneres, edles und lebenswichtiges Organ (Gehirn, Lunge, Herz u. s. w.) entzündet oder überhaupt mit Blut überfüllt ist (z. B. infolge von Blutandrang) und dadurch die Functionen (Lebensverrichtungen) derselben beeinträchtigt und somit das Leben überhaupt in Frage gestellt ist, ist die allererste und wichtigste Aufgabe, die, das Uebermaß von Blut nach der Haut hin abzuleiten, da eine Blutüberfüllung in der Haut

niemals das Leben bedroht, andererseits aber die inneren, edlen und lebenswichtigen Organe entlastet werden.

Dem Gesagten zufolge ist daher auch bei der häutigen Bräune die wichtigste Aufgabe die, das Blut von den Schleimhäuten der Athmungswege nach der Haut hin abzuleiten, da hierdurch neuen Ausschwitzungen aus den Blutgefässen der Kehlkopf- und Luftröhrenschleimhaut (Exsudationen = Bräunehaut oder Croupmembranen) vorgebeugt wird, wie auch zugleich die Schleimhäute von ihrer, durch den entzündlichen Zustand derselben bedingten Blutüberfüllung entlastet werden. Je mehr aber die Schleimhäute der Athmungswege von Blut strotzen (wodurch sie natürlich aufschwellen und dicker werden), desto mehr verengern sich in Folge dessen die feineren und feinsten Verzweigungen der Luftröhre, desto mehr wird folgerichtig der Luftverkehr (das Ein- und Ausströmen der Athmungsluft, also die Athmung) in ihnen erschwert und somit der durch die den Schleimhäuten auflagernde Bräunehaut (Croupmembranen) bedingte Nothstand noch mehr vergrößert. Man sieht also, wie durch die Ableitung des Blutes von den Athmungsorganen nach der Haut hin, der Nothstand in den Athmungswerkzeugen vermindert und hierdurch zugleich die Gefahr des Erstickungstodes verringert wird.

Sobald daher die Vorläufer oder überhaupt die ersten Anfänge einer Bräuneerkrankung auftreten, greift die naturgemäße Heilweise zu ihrem kräftigsten Mittel, dem **Halbbad.**

In keinem Falle wartet sie die weitere Entwicklung des Erkrankungsprozesses ab; in keinem Falle verhält sie sich zuwartend (expectativ), z. B. um erst zu sehen, „was es geben wird", weil alsdann, wenn man dies weiß, es oft zu spät zum helfen ist. Das naturgemäße Heilverfahren bedarf keiner Diagnose, keiner Erkennung, keiner Benennung der Krankheit. Die naturgemäße Heilweise geht vielmehr gleich von vornherein schnurstracks und fadengerade auf ihr Ziel, die Beseitigung des krankhaften Zustandes, los und fragt auch im vorliegenden Falle nicht darnach, und wartet es auch nicht ab, ob sich eine echte oder eine unechte Bräune, ein wirklicher Croup oder ein bloßer Pseudocroup (sog. falscher Croup, also „falsche Bräune") entwickeln will und wird. Sie heilt einfach, ohne lange darnach zu fragen, welchen Namen die Krankheit führen würde, wenn sie sich voll und ganz entwickelt haben würde. Ihre Parole ist: Principiis obsta! d. h. tritt den ersten Anfängen energisch und erfolgversprechend entgegen oder auch: Lösche den ersten Funken, wenn es keine Feuersbrunst geben soll. Der naturgemäßen Heilweise ist die Heilung der Kranken die Hauptsache, der Name, die Erkennung, die Diagnose der Krankheit dagegen Nebensache.

Sobald also bei Kindern (gewöhnlich im Alter vom 2.—7. Lebensjahre) ein heiserer, trockener, rauher „bellender" Husten und eine tonlose Stimme oder auch nur die bloßen Vorboten wie: Schnupfen mit Ausfluß aus der Nase, häufiges Niesen, Husten, Schlingbeschwerden und leichtes Fieber auftritt, so ist sofort ein Halbbad (s. d. A.) mit kalten Uebergießungen des Nackens, des Rückens und der Brust, nebst dem erforderlichen Reiben

und Kneten der Haut (Massage s. d. Art.) anzuwenden und wenn weiterhin die erwähnten Erscheinungen von Neuem auftreten, das Halbbad in der vorerwähnten Weise zu wiederholen. Man lasse sich nicht dadurch täuschen, daß gegen Morgen die Krankheitserscheinungen sehr oft ganz wesentlich nachlassen und die Patienten sogar wieder zum Spielen aufgelegt sind. Denn in der nächsten Nacht pflegen alsdann alle Erscheinungen in verstärktem Maße aufzutreten. Unter mühsamem, pfeifendem Athmen, begleitet von harten und raschen Hustenanfällen treten alsdann Erstickungsanfälle auf. Die geängstigten Kinder suchen das erschwerte Athmen durch die heftigsten Anstrengungen der Athmungsmuskeln zu erleichtern; voll Todesangst werfen sie sich alsdann im Bett hin und her und bohren den Kopf nach hinten über tief in die Kissen. Das Gesicht erscheint nunmehr blauroth von Farbe, die Stimme ist erloschen, der Husten klanglos. Das Fieber ist heftig oder aber gering und die Erstickungsanfälle kehren jetzt häufig wieder, bis auch hier gegen Morgen ein Nachlaß aller Erscheinungen auftritt. Wiederholt sich ein derartiger Anfall nochmals, so tritt die furchtbarste Athemnoth auf, das Gesicht wird bleich, der Patient schlummersüchtig und infolge der verhinderten Ausathmung häuft sich die Kohlensäure im Blute an, wodurch das Blut vergiftet wird, und wenn keine Abhilfe geschafft werden kann, tritt unter Zuckungen und Krämpfen (Convulsionen) der Tod ein.

Zu diesem zweiten und dritten Stadium der Krankheit kommt es natürlich in allen denjenigen Fällen nicht, wo die naturgemäße Heilweise rechtzeitig einzugreifen Gelegenheit findet. Wird die Hilfe des naturgemäßen Heilverfahrens erst im zweiten oder dritten Stadium angerufen, so ist die Behandlung genau dieselbe wie oben angegeben wurde und obschon die Aussichten auf Heilung natürlich nicht so günstig sind, als wenn gleich vom ersten Anbeginn der Krankheit seitens der naturgemäßen Heilweise eingegriffen wird, so darf man doch bei der strictenDurchführung des oben angegebenen Heilverfahrens den besten Ausgang hoffen, vorausgesetzt, daß die Patienten nicht vorher durch zu viele oder scharfe oder stark wirkende Arzneien abgeschwächt worden sind.

Wenn wir uns auch im Allgemeinen mit den unvergleichlichen Heilerfolgen begnügen könnten, welche die naturgemäße Heilweise gegenüber einer so lebensgefährlichen Krankheit, wie es die häutige Bräune (Croup) in der That ist, so liegt es doch anderseits auch sehr nahe, uns zu fragen, auf welche Weise wol die Heilung eines so schweren Leidens bei Anwendung von „Halbbädern“ zu Stande kommt. Denn daß diese es vor allen Dingen sind, welche die Kraft des Uebels brechen, geht schon allein daraus hervor, daß die Bräunehäute nicht selten während des Halbbades ausgehustet werden Es ist sicher, daß sich die Bräunehaut (Croupmembranen) unter gewöhnlich.n Athmungsverhältnissen bildet, d. h. wo die Lungen der Patienen die. mittelmäßige Ausdehnung erfahren, wie sie das gewöhnliche, alltägliche Athmen der Lunge mit sich bringt. Demzufolge hat die Bräunehaut auch einen entsprechenden Spannungsgrad und dieselbe würde schon bei einer stärkeren Ausdehnung der Lunge, wie sie durch das Tiefathmen bewirkt wird, zerreißen müssen, wenn sie nicht (ähnlich wie gekochte Maccaroni) ziemlich elastisch

wäre. Diese Ausdehnungsfähigkeit der Croupmembranen hat natürlich auch ihre Grenzen und so wird es geschehen müssen, daß wenn die Lunge in ganz außergewöhnlicher Weise erweitert wird, auch die sie auskleidenden Bräunehäute und Bräunehäutchen in einem solchen Maße ausgedehnt werden, daß sie zersprengt werden und einreißen. Dies ist aber der Anfang der endgiltigen Heilung, denn schon allein dadurch, daß die Bräunehäute zahlreiche Einrisse erfahren und somit auch mehr oder weniger von der Schleimhautoberfläche, der sie aufliegen, abgehoben werden, wird schon der Verkehr zwischen Athmungsluft und Blut bis zu einem gewissen Grade gehoben, ganz abgesehen davon, daß, weil sich nunmehr einige der losgelösten und zersprengten Theile in den Lichtungen der Luftröhrenästchen quer vor legen, das Aushusten von Fetzen der Bräunehaut erleichtert wird.

Die erfolgreiche Einwirkung der obenerwähnten Heilmaßnahmen (Halbbäder u. s. w.) erkennt man daran, daß bei den betreffenden Patienten die Athmung etwas leichter wird und rasselnde Athmungsgeräusche (die sicheren Zeichen der beginnenden Lösung) auftreten, indem die Bräunehaut oder doch einzelne Theile und Fetzen derselben in den Luftwegen durch die Athemzüge bewegt werden. Da nunmehr die im Blute angehäufte Kohlensäure wieder ausgeschieden werden kann, so verliert sich auch die bläuliche Farbe im Gesichte der Patienten, die Erstickungsanfälle werden seltener und die Haut bedeckt sich mit warmem Schweiß.

Da es aber hundert Mal leichter ist, eine Krankheit zu verhüten, als sie zu heilen, so legt auch der häutigen Bräune gegenüber, die unbedingt zu den vermeidbaren Krankheiten gehört, die Naturheilkunde ebenfalls das Hauptgewicht auf die Verhütung dieser Krankheit. (S. d. Art. Abhärtung, Halskrankheiten, Hautpflege). Daher läßt es sich auch die volksverständliche Gesundheitspflege angelegen sein, Eltern und Lehrer immer und immer wieder darauf aufmerksam zu machen, daß sie mit ebensoviel Umsicht als Strenge die Kinder zu gesunden und kräftigen Menschen erziehen und heranbilden, wenn sie nicht wollen, daß sie ein elendes und sieches Leben dahin schleppen und statt für ihr Dasein zu danken, es verwünschen. Die Irrthümer und Fehler, in welche Gleichgiltigkeit, Verwöhnung und eine zu zärtliche, blinde Liebe viele Eltern verfallen lassen, sind weit mehr an den manichfachen Leiden ihrer Nachkommen Schuld, als deren eigene Fehler, besonders wenn man bedenkt, daß die späteren Fehler eines Menschen oft nur die Folgen einer fehlerhaften Erziehung sind und der Grund zu mancher üblen Angewohnheit und manchem Laster (Verweichlichung, Eßgier, Onanie 2c.) schon in früher Jugend gelegt wurde. Statt Kinder in Federbetten und dicke, heiße Kleider und Pelze zu stecken, statt sie in stark oder überhaupt in geheizten Zimmern schlafen zu lassen, ihnen Wärm- (Bett-) flaschen zu geben, ihn kaum den Genuß der freien Luft zu gestatten, sie schon um 7 Uhr in's Bett zu schicken und sie erst um 9 Uhr morgens wieder aus dem Bett zu holen, sie mit Kaffee, Thee, Wein, Bier und selbst Branntwein, mit reizenden und fetten Speisen zu füttern, sie in warmem Wasser zu waschen und zu baden, sie viel zu früh in die Schule zu schicken und durch frühzeitige

Anstrengung und Entwicklung ihrer Geistesfähigkeiten ihren Körper zu schwächen, thue man gerade das Gegentheil, wenn man sie nicht zu Siechlingen erziehen und zu mancherlei Krankheiten geneigt machen, sondern ihnen vielmehr eine möglichst kräftige Gesundheit verschaffen will. Verfügen die Eltern selbst nur über einen kränklichen Körper, oder eine schwächliche Constitution, so ist es um so mehr ihre Pflicht, ihre Bemühungen in der vorerwähnten Richtung zu verdoppeln.

Daher gewöhne man die Kinder vor allen Dingen schon in den ersten Lebensjahren an Mäßigkeit im Essen und Trinken, damit sie nicht das Gefühl eines natürlichen Hungers und einer natürlichen Sättigung verlieren und späterhin wissen, wenn sie genug haben. Man gebe ihnen einfache, mildnährende Speisen und zwar mehr Vegetabilien (Pflanzenkost) als Fleisch, denn durch den reichlichen und überhaupt regelmäßigen Genuß von Fleischnahrung wird — zumal wenn die Betreffenden nicht eine ausgiebige Körperbewegung haben — ein üppiges, zu entzündlichen Ausschwitzungen aller Art (Bräunehaut — Croupmembranen) und überhaupt zu Entzündungskrankheiten geneigtes Blut erzeugt. Ebenso versage man ihnen stets Gewürze und erhitzende Getränke (Fleischspeisen verlangen ungleich mehr und ungleich schärfere [ausländische] Gewürze als Pflanzenspeisen und der Genuß von starken Gewürzen erzeugt Verlangen nach geistigen Getränken) welche den Appetit widernatürlich reizen. Zum Getränk gebe man den Kindern Wasser und nichts als Wasser.

Man wasche die Kinder von den ersten Lebensmonaten an erst mit lauem, dann nach und nach mit kühlerem, kalten und zuletzt ganz kalten Wasser alltäglich, oder doch mindestens mehrere Male in der Woche und gewöhne sie, wenn sie größer sind, an kalte Bäder von kurzer Dauer, die natürlich mit der erforderlichen Vorsicht genommen werden müssen.

Ferner schicke man die Kinder täglich an die frische Luft und zwar sobald sie gehen können, nicht mehr in Betten und Wägen verpackt, sondern zu Fuße, damit sie ihre Glieder durch Bewegung im Freien stärken, durch vermehrte Ausdünstung beim Gehen gesicherter gegen Erkältungen sind und die in Form eines zu starken Fettpolsters unter der Haut angehäuften Ueberschuß von Nährstoffen, wodurch erfahrungsgemäß eine Disposition (Neigung) zur Bräune gegeben wird, durch die Körperbewegung verbraucht wird. Ein derartiges „Luftbad" ist selbst bei ungünstigem Wetter für diese kleinen Lebewesen unendlich mehr werth als der Aufenthalt in der Stube, denn auch selbst beim schlechtesten Wetter ist die Luft im Freien stets reiner als in dem mit Ausdünstungen aller Art mehr oder weniger angefüllten Zimmer.

Man kleide die Kinder nicht zu warm, aber auch nicht zu leicht. Ersteres erschlafft, letzteres setzt sie zu schneller und heftiger Abkühlung aus. Leichte, bequeme und hinreichend weite Bekleidung, um die Kinder nicht in irgend einer ihrer Bewegungen zu hindern.

Man lasse die Kinder nicht in zu weichen und warmen Betten schlafen. Beides erschlafft und verweichlicht und macht sie siech.

Man lasse die Kinder sich viel Bewegung (wenn es angeht im Freien) machen, damit sie recht müd werden, bringe sie nie mit vollem Magen in's Bett und lasse sie am Morgen nicht zu lange im Bett.

Man lasse den Hals immer, zu jeder Jahreszeit unbedeckt; die feuchten Abreibungen und Waschungen härten sie hinreichend ab, um sie widerstandskräftig gegen Erkältungseinflüsse zu machen.

Man geht ganz sicher, um Halsleiden und Halskrankheiten jeder Art zu vermeiden, wenn man den Hals der Kinder am Morgen und vor dem Zubettgehen mit brunnenfrischem Wasser wäscht und ihnen am Morgen nüchtern und vor dem Zubettgehen etwas frisches, kaltes Wasser zu trinken gibt. Die größeren Kinder soll man anhalten, sich täglich mit frischem, brunnenkaltem Wasser den Mund auszuspülen und auch damit zu gurgeln und alsdann etwas frisches kaltes Wasser zu trinken.

Bei Befolgung der vorstehenden Regeln der volksverständlichen, naturgemäßen Gesundheitspflege wird man kaum jemals bei Kindern, die so gehalten werden, irgend welches Halsleiden oder überhaupt entzündliche Krankheiten auftreten sehen.

Brause, s. Regenbad.

Brechen, s. Erbrechen.

Brechruhr, s. Cholera.

Bruch, s. Beinbruch.

Brüche. Obschon Leisten-, Schenkel-, Nabel- und anderweitige Unterleibsbrüche oft die Hilfe des Wundarztes und die Anlegung eines guten Bruchbandes (Bandage) zur Verhinderung des Heraustretens des betreffenden Bruches erfordern, so ist man doch bei nicht zu alten Brüchen unter Anwendung einer angemessenen Diät und eines entsprechenden Wasserheilverfahrens, unterstützt durch regelmäßiges Massiren, im Stande, derartige Bruchleiden vollständig zu heilen.

Durch die regelmäßig fortgesetzte Massage (s. d. Art.) der Bruchpforte (s. d. Art.) wird nämlich nicht selten eine leichte Entzündung des vorgestülpten Theiles des Bauchfelles (also des sogenannten Bruchsackes) erzeugt, also eine Entzündung rein örtlicher Natur. Die Massage kann natürlich nur am liegenden Patienten mit Erfolg ausgeführt werden und selbstverständlich muß während der Zeit, wo dies geschieht, der Bruch selbst (die im Bruchsack liegende Darmschlinge oder Netzpartie) in die Bauchhöhle zurückgebracht sein. Sobald sich örtlicher Schmerz einstellt und die betreffende Stelle heiß, unter Umständen auch etwas roth wird, hört man mit dem Massiren auf (dasselbe verbietet sich in der Regel von selbst,) und wendet kalte Ueberschläge an. Zu dieser Zeit geschieht es, daß die Wände des vom Bauchfelle gebildeten Bruchringes mit einander verwachsen, was gewöhnlich in Form einer Aneinanderlöthung (durch feste und straffe Sehnenfäden und nachträglicher Einlagerung eines Fettpolsters), seltener in Form einer soliden, dichten Verwachsung vor sich geht. Die Verklebung, Verlöthung oder durchgängige

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

(solide) Verwachsung unterstützt man von dem Augenblicke an, wo sich die Anfänge der entzündlichen Erscheinungen zeigen, durch eine leichte Druckbandage, indem man einen in frischem Wasser genetzten Ballen von feinem und weichem Linnen auf die Bruchpforte, also diejenige Stelle bindet, wo der vorgefallene Theil der Unterleibseingeweide (Darmschlinge, Netzpartie 2c.) durch die Bauchdecken hindurch unter die Haut des Schenkels, der Schamgegend oder in den Hodensack tritt.

Dieses Heilverfahren, welches der Verfasser des vorliegenden ärztlichen Rathgebers in zahlreichen Fällen und darunter auch solchen, wo schon lange Zeit hindurch ein Bruchband getragen worden war, mit Erfolg anwendete, bildete er nach den Beobachtungen aus, die er betreffs des Heilprozesses machte, welchen die Natur bei den Nabelbrüchen kleiner Kinder einleitet und in Hinsicht auf die zahlreichen Heilresultate, welche der bekannte Krüsi-Altherr in Gais im Appenzellerland bei der Behandlung von Hunderten von Bruchleiden thatsächlich erzielte.

Unvergleichliche Dienste leistet das Wasserheilverfahren auch bei eingeklemmten Brüchen. Mit Hilfe desselben können in zahlreichen Fällen eingeklemmte Brüche noch zurückgebracht werden, wo alle anderen Mittel und Heilmethoden erfolglos angewendet wurden. Schon der berühmte k. preuß. Generalchirurg Dr. Theben sagt in seinen „Bemerkungen und Erfahrungen" (Berlin 1795), er habe die Auflegung des kalten Wassers auf hervorgetretene Gedärme in den Brüchen dem Dr. Sigmund Hahn, also dem ersten und erfolgreichsten Vertreter des Wasserheilverfahrens (s. d. Art.) in Deutschland zu verdanken und bestätigt in einer spätern Schrift „Unterricht für Unterwundärzte", indem er in solchen Fällen kaltes Wasser empfiehlt, das auch in den verzweifeltsten Fällen, selbst bei eingeklemmten Brüchen recht kalte Ueberschläge spätestens am vierten Tage das Zurücktreten des Bruches bewirkt habe.

Man läßt hierbei den Kranken eine Lage einnehmen, (Rückenlage mit gebeugten Knieen) in welcher der Bruch nicht noch mehr herausgetreten wird und bedeckt die betreffende Stelle mit nassen, so kalt als möglich zu haltenden und alle 2—3 Minuten zu wechselnden Ueberschlägen. Wenn dies auch nicht in allen Fällen allein genügt, so wird doch hierdurch erst die geschickte Hand eines Wundarztes auf endgiltigen Erfolg rechnen dürfen bei den Versuchen den Bruch wieder zurückzubringen. ganz abgesehen davon, daß die heftigen Schmerzen und die Entzündung durch das erwähnte Verfahren wesentlich gemindert und die mit eingeklemmten Brüchen fast immer verbundene Gefahr fern gehalten werden. Unterstützend und große Linderung verschaffend wirken kühle Klystiere und eine ganz einfache reizlose Kost (Hafer- oder Gerstenschleim) gebietet sich von selbst. Vergl. Darmentzündung. Bei Nabelbrüchen kleiner Kinder ist eine breite, gut anliegende Bauchbinde erforderlich, unter welche man, nachdem der hervorgetretene Nabelbruch mit Hilfe des (kleinen) Fingers zurückgebracht worden ist, auf die Bruchpforte (den Nabel) einen etwas breiten (auf keinen Fall zu kleinen) festen Verband von feinem (alten) Linnen, in der Größe der Hälfte eines kleinen Apfels

und zwar mit der kugelförmigen Fläche dem Nabel zugekehrt, entsprechend (wenn nöthig unter Beihilfe von Heftpflaster oder auch von Schuhmacherpech) befestigt und diesen Verband so lange liegen läßt (und nur erst dann erneuert) als er regelrecht liegt und seinen Zweck erfüllt. In 3—6 Wochen darf man fast ausnahmslos der Verwachsung der Bruchpforte, also der Heilung des Bruches gewärtig sein.

Brustbeschwerden. S. d. Art. Asthma und Katarrh.

Brustbräune. Dieses Leiden äußert sich, indem plötzlich das Athmen stark beengt wird oder selbst ganz ausbleibt, sodaß die Betroffenen das Gefühl der Todesangst, das Gefühl, als ob sie zu Grunde gehen müßten, überkommt, wozu sich Schmerzen unter dem Brustbein, verbunden mit Angst und Unruhe, gesellen. Bei Männern in reiferen Jahren pflegt dieselbe mehr in Form von Asthma (Brustbeklemmung, Engathmigkeit s. d. Art.) besonders bei starker Bewegung nach dem Essen und nach vorausgegangenen Gemüthsaffecten aufzutreten. Besonders häufig tritt dieselbe bei an Blutarmuth Leidenden auf und ist in den meisten Fällen eine Folge gehemmter Blutcirculation, die ihrerseits wiederum ein krampfartiges Zusammenziehen der Brust und weiterhin Congestionen nach Herz und Lunge zur Folge hat. Eine kräftige feuchte Abreibung von Brust und Rücken und wenn Füße und Hände kühl und wie „abgestorben" sind auch dieser beseitigt am schnellsten diese den davon Betroffenen sehr beängstigenden Zustand. Zur Beseitigung der letzten Ursachen ist ein spezielles Kurverfahren anzuwenden.

Brustcongestionen. Engathmigkeit. Dieselben bilden ebenfalls eine Form des Asthma's (s. d. Art.), welches durch Blutandrang nach den Lungen (besonders bei bestehender sog. Vollblütigkeit) erzeugt wird. Die Congestionen (Blutandrang) nach der Lunge, deren Symptome sich allmählich steigern und mehr und mehr (ebenso wie die Congestionen oder Blutwallungen nach dem Kopfe s. d. Art.) einen chronischen Charakter annehmen, erfordern dieselbe Behandlung, nämlich feuchte Einhüllung des Rumpfes, ableitende Fuß- und Handbäder und eine kühle, reizlose, dabei aber kräftige Diät. Ferner leisten hier feuchte und zwar kalte Abreibungen (12—16° R.) der Brust und insonderheit der untern Körperhälfte, bei welchen man mit den Füßen, beziehentlich mit den Fußsohlen zu beginnen hat, die vortrefflichsten Dienste. Ebenso ist bei diesem Leiden Barfußgehen, besonders am Morgen in einer thaufrischen (abgemähten) Wiese von vorzüglichem Erfolge.

Bei jungen, kräftigen (vollblütigen) Personen muß kräftig und energisch eingegriffen und auf keinen Fall längere Zeit gezaudert werden, da starke Congestionen nach der Lunge leicht zu Blutsturz, Schlagfluß (Herzschlag) oder auch zu chronischen Lungenübeln (Auszehrung, Schwindsucht) führen. Hier ist eine strenge, kühlende und entziehende Diät (s. d. A.) unerläßlich geboten, wozu auch der reichliche Genuß von frischem kalten Wasser gehört. Kalte Bäder sind dagegen nur mit großer Vorsicht anzuwenden, da bei unvorsichtigem Gebahren die Blutwallungen bis zu einem lebensgefährlichen Grade vermehrt und gesteigert werden können. Dagegen leisten kalte Fuß- und Sohlenbäder, unterstützt durch kühle Klystiere, ausgezeichnete Dienste.

Ein überaus wichtiger Umstand bei Congestionen aller Art ist die fortdauernde Erhaltung der natürlichen Ausscheidungen in ihrer Regelmäßigkeit, z. B. des Schweißes, der Harnsecretion, des Stuhlganges und der monatlichen Blutausscheidungen (Menstruation) beim weiblichen Geschlechte, da eine sehr große Anzahl von Congestionen oder Blutwallungen aller Art lediglich in der Unterdrückung einer oder mehrerer jener Ausscheidungen ihre Ursache hat, und die Blutwallungen, wie natürlich, von selbst wieder nachlassen, wenn diese oder jene unterdrückte Ausscheidung wieder regelrecht und naturgemäß von Statten geht. Bei dem vorliegenden Leiden muß das in Anwendung kommende Wasser anfänglich immer nur lauwarm angewendet und dessen Temperatur nur nach und nach bis auf 10° R. vermindert werden, damit das Blut auch nicht einmal vorübergehend und auf kurze Zeit nach den inneren edlen und lebenswichtigen Organen gedrängt wird, und somit der Blutandrang nach denselben noch vermehrt wird. Vieles und anhaltendes Sprechen, Singen, starke Körperbewegungen und Bergsteigen sind vom Uebel und die Diät muß längere Zeit hindurch ausschließlich vegetabilisch sein und hauptsächlich in leichten, mageren Milch- und Mehlspeisen (Hafergrütze, Gersten, Milchreis 2c.) bestehen und in vielen Fällen muß der Genuß von Butter und fetter Milch auch fortfallen. Eine kühlende, absolut reizlose und mild ernährende Obst- und Brod-Diät (frisches oder wenn das nicht zu haben ist, gesottenes dürres Obst mit Schrothbrod) leistet in solchen Fällen die vollkommensten Dienste. Vergl. Congestionen.

Brüste. Bei wunden Brüsten der Kindbetterinnen und Säugenden leisten, nachdem die etwa an den Brustwarzen haftenden, scharfen Unreinigkeiten (Schweißrückstände, in Säure übergegangene kleine Mengen von Milch 2c,) mit lauem Regenwasser in sanftester Weise mit Hilfe eines feinen, ganz sauberen Linnenläppchens (kleines Stückchen Linnen, also nicht mit dem Schwamm) fortgewaschen und getupft worden sind, häufige gewechselte Umschläge von kaltem Brunnenwasser die vortrefflichsten Dienste. Mit dieser unter allen Umständen gesundheitsdienlichen Pflege der Brüste, also insonderheit mit den die Haut der Brustwarzen härtenden, kühlen oder noch besser kalten Waschungen oder Benetzungen derselben sollte man allerdings schon (wie es die volksverständliche Gesundheitspflege vorschreibt) während der Schwangerschaft (s. d. Art.) beginnen.

Brustentzündung. Man bezeichnet mit diesem Namen sowol die Lungenentzündung, wie auch die Brustfellentzündung; bei jener ist das Gewebe (die Substanz) der Lungen selbst, bei dieser die feine, glasartig durchsichtige Haut (die den ganz unpassenden Namen Rippen- und Lungenfell führt), welche die Lungen überzieht (Lungenfell) und die gesammte Brusthöhle auskleidet (Brustfell), von der Entzündung befallen. Die Behandlung ist für beide Fälle dieselbe.

Die Lungenentzündung tritt besonders bei Personen auf, welche sozusagen natürliche Anlage zu entzündlichen Erkrankungen der Brustorgane haben, d. h. bei Solchen, welche eine langgestreckte, dabei enggebaute Brust haben, was bei sehr schnellem Wachsthum ziemlich häufig vorzukommen pflegt.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Als weitere Gelegenheitsursachen bei Lungenentzündungen sind zu nennen: Uebermäßige Körperbewegung mit nachfolgender schneller und starker Abkühlung oder wirklicher Erkältung nach starkem und langem Sprechen oder Singen u. s. w. nach Einathmung schädlicher Gase. Die Brustfellentzündung tritt dagegen leicht bei Personen auf, die mit Rheumatismen behaftet sind, oder bei denen Hautausschläge oder Fußschweiß 2c. plötzlich zurücktraten oder zurückgetrieben wurden; in beiden Fällen ist jedoch heftige Erkältung bei erhitztem Körper die allergewöhnlichste Ursache.

Die Krankheit tritt mit starkem Frost, beziehentlich Schüttelfrost auf, worauf lebhafte Hitze und starkes Fieber folgen. Die Augen sind lebhaft (fieberhaft) glänzend, das Gesicht fieberhaft geröthet, das Athmen erfolgt sehr schnell und etwas mühsam und bei der Lungenentzündung zeigt sich an den Lippen sehr häufig eine sogenannte „Hitzblatter". Hiezu gesellt sich eine mit drückendem Schmerz verbundene Beklemmung der Brust, welche den Kranken am freien Athmen hindert, außerdem sind fast ausnahmslos Seitenstechen und Rückenschmerzen vorhanden. Immer ist Husten vorhanden, der anfänglich ziemlich trocken und schmerzhaft ist. In der ersten Zeit wird in der Hauptsache ein glasartig durchsichtiger, zäher Schleim ausgeworfen, dem blutige, gewöhnlich aber (charakteristisch für die Lungenentzündung) rostrothe Streifen beigemischt sind. Vom fünften Tage an wird der Auswurf gewöhnlich gelb und dick und löst sich leicht, wenn die Lungenentzündung regelrechter Weise sich zu lösen beginnt und somit reichliche Mengen von eitrigem Schleim ausgeworfen werden.

Die Behandlung ist eine entzündungswidrige (s. d. A.), die Diät, wenn überhaupt Verlangen nach Nahrung vorhanden ist, eine entzündungswidrige und streng entziehende (s. d. Art.). Da der Verlauf der Krankheit ein rascher ist, so muß gleich von Anfang an energisch eingegriffen und nicht erst zugewartet werden, „was es geben wird". Ist die Erkrankung nicht heftig entzündlicher, sondern mehr katarrhalischer Natur, in welchen Fällen das Fieber, die Athembeschwerden und die Beklemmung auf der Brust weit geringer sind, so reichen schon ein warmes Verhalten im Bett, Umschläge auf die Brust oder Rumpfpackungen (s. d. A.) bis an die Kniee und mäßiges Trinken von nicht zu kaltem Wasser, nebst einer milden, reizlosen Diät (Hafer-, Gersten-, Reisschleim, Sago und drgl.) zur vollständigen Heilung aus.

Wenn dagegen die Krankheit sehr heftig (acut) und von starkem Fieber begleitet, auftritt, so ist unverzüglich ein Halbbad anzuwenden, indem der Kranke mit einem Bettlaken (Bettuch) oder großen Linnentuch) oder einem Bademantel bedeckt, um Hals und Rücken vor Durchkältung zu schützen, in eine Badewanne (Badezuber) gebracht wird, welche handhoch mit abgeschrecktem Wasser angefüllt ist. Nunmehr reibt man die Körperoberfläche, von den Füßen und Händen anfangend, kräftig mit den bloßen, im Wasser genetzten Händen und massirt (s. d. Art. über Massiren, Massage, spr. Massasch) Haut und Muskeln der gesammten Körperoberfläche, um den Blutumlauf zu bethätigen und überhaupt günstiger zu gestalten. Sobald die Fieberhitze in

etwas gemäßigt ist, macht man vermittelst der hohlen Hand oder eines Glases schwache Begießungen des Nackens, Rückens und der Brust, die man alsdann abwechselnd wieder mit einem kühlen Ueberschlag von abgeschrecktem Wasser, d. i. Wasser, das bereits mehrere Stunden in der Stube gestanden hat, bedeckt. Sobald der gewöhnlich eintretende Fieberfrost vorüber ist und die Hitze in der Brust, der heiße Athem und das Stechen in der Brust nachgelassen hat, wird der Kranke in ein feuchtes Leintuch (Bettuch) gewickelt, die Brust mit einer nicht zu schweren Compresse (s. d. Art) bedeckt und der Schweiß abgewartet.

Bleibt der Schweiß aus, so muß das Linnentuch frisch genetzt und der Wickel (s. d. Art.) oder die Packung (s. d. Art.) erneuert werden. Bei wiederkehrendem starken Fieber und den sonstigen entzündlichen Erscheinungen muß das oben angegebene Verfahren (Halbbad ꝛc.) wiederholt werden.

Nach erfolgtem Schweiße erfolgt eine allgemeine Abwaschung und alsdann werden die Brust- oder Rumpf-Kniepackungen erneuert und solcher Art wird einer in der Entwicklung begriffene Lungenentzündung oft schon nach einem halben Tage Einhalt gethan, selten dauert dieses Kurverfahren länger als 3 Tage. Fortgesetzte kühle Waschungen der Brust und Umschläge über dieselbe beugen dem Wiedereintritt von Entzündungen vor, während die anderweitige Ausheilung durch das tägliche Schwitzen in nassen Leintüchern erfolgt. —

Die sogenannten schleichenden Formen von Brustentzündung, bei welchen ein mäßiger, aber festsitzender Schmerz auf einer bestimmten Stelle der Brust, behindertes, tiefes Athemholen, trockenes Hüsteln und zuweilen auch schwache Fiebererscheinungen gegen Abend (Frösteln und fliegende Hitze im Gesicht) aufzutreten pflegen, sind Brustpackungen nebst einer vierfach zusammengelegten Compresse auf der schmerzhaften Stelle, wenn nöthig auch ein leichtes Dünsten in der Ganzpackung (s. d. Art.) nebst einer milden, vollständig reizlosen Diät, der Entfernung aller die Athmung und die Blutcirculation hemmenden, engen Kleidungsstücke (Schnürleib u. dergl.) nebst Beiseitelassung von Singen, Musiciren auf Blasinstrumenten und Rauchen hinreichend, um eine vollkommene Ausheilung zu erzielen.

Hierbei ist aber keinen Augenblick außer Acht zu lassen, daß eine ziemliche Anzahl derartiger Formen von Brustentzündung (Lungenentzündung, wie auch sog. trockene Brust- oder Rippenfellentzündung) ziemlich oft ihre letzte Ursache in unterdrückten Blutflüssen (Periode oder auch Hämorrhoidalblutungen) und in plötzlich verheilenden Bein- oder Krampfadergeschwüren, bei denen eine sehr starke Absonderung (sog. Salzfluß) stattfand, und in plötzlich zurückgetretenen oder künstlich unterdrückten Fußschweißen ihren Grund haben. In solchen Fällen muß natürlich vor allen Dingen auf die Wiederherstellung der erwähnten Ausscheidungen hingearbeitet werden: Wie hierbei zu verfahren ist, findet sich in den betreffenden Artikeln über: Periode, Hämorrhoiden, Salzfluß, Fußschweiß.

Die mit entzündlichen Affectionen des Brust- oder Rippenfelles nur zu oft verwechselten „rheumatischen Brustschmerzen" erfordern die unter

Rheumatismus (s. d. Art.) vorgeschriebene eingreifende Behandlung. Vergl. auch Brustschmerzen.

Brustfellentzündung, s. Brustentzündung.

Brustkrampf. Gegen den Brustkrampf bewährt sich am besten das gegen Alpdrücken (s. d. Art.) anzuwendende Verfahren. Bei plötzlichen Anfällen müssen Arme und Beine kräftig mit wollenen Tüchern frottirt werden; sobald die Gliedmaßen warm werden, läßt der Brustkrampf nach. Ebenso bewähren sich ableitende Fußbäder (s. d. Art.), die bis in die Höhe der halben Waden reichen, wobei die Füße kräftig gerieben und die Brust mit kaltem Wasser gewaschen werden muß, bis die Haut vollkommen und gleichmäßig roth wird; alsdann sind erwärmende Umschläge auf die Brust zu geben.

Bei Brustkrampf, wie er sich auch bei Gichtleidenden zeigt, ist natürlich vor allen Dingen für die Entfernung des Krankheitsstoffes (Gichtstoff) zu sorgen und sind daher erregende Umschläge (s. d. Art.) auf die Brust, und leichtes Schwitzen nebst Abwaschungen nach dem Schwitzen angezeigt. Die Anwendung von kalten Bädern ist zu vermeiden. Außerdem ist bei gichtischen Leiden natürlich vor allen Dingen die Hauptsache, nämlich ein geeignetes Diätverfahren, in Anwendung zu bringen.

Der Brustkrampf der Kinder (Millar'sches Asthma) ist ebenso, jedoch mit Rücksicht auf das kindliche Alter, und auf die oft sehr dringende Gefahr zu behandeln. Es sind hier sorgfältig gemachte erregende Umschläge (s. d. Art.) um Hals und Brust besonders wirksam. Diese Umschläge sind häufig zu wechseln, Hände und Füße tüchtig zu reiben und reichlich frisches Wasser, jedoch in kleinen Portionen, zu reichen.

Brustkrebs, s. Krebs.

Brustschmerzen. Was die rheumatischen Brustschmerzen anlangt, so verweisen wir auf den Artikel: Rheumatismus. Ein merkwürdiges Beispiel theilt Dr. Munde von den bei diesem Leiden in Gräfenberg erzielten Erfolgen mit.

Ein sieben Jahr altes Mädchen, die Tochter des Herrn v. M. aus B., litt seit einem Jahre an Brustschmerzen und ward von den Aerzten als Lungenkranke ohne allen Erfolg behandelt. Die Eltern brachten sie nach Gräfenberg. Priessnitz erklärte ihre Brustschmerzen für rheumatische und ließ sie mit der bei so zartem Alter gebotenen Vorsicht die Kur gebrauchen, wobei sie einen erregenden Umschlag auf der Brust trug. Das Kind bekam bald Fieber mit vermehrten Schmerzen. Priessnitz verordnete nasse Tücher, die den Tag über mehrere Male gewechselt wurden und bloße Abwaschungen mit abgeschrecktem Wasser. Dieser fieberhafte Zustand hielt zehn Tage an, und die Mutter wurde um so ängstlicher darüber, als der Arzt, mit dessen Erlaubniß sie die Kleine nach Gräfenberg gebracht, ihr gerathen hatte, bei der geringsten Verschlimmerung mit der Kur sofort aufzuhören. Am zehnten Tage des Fiebers waren beide Eltern entschlossen, die Kur aufzugeben und mit der Patientin zu einem Arzte nach Neisse zu fahren. Da ging, während der Vater im nahe gelegenen Freiwaldau nach einem Fuhrwerk Ausschau hielt, die Krisis vorüber; die Kleine verlangte zu baden, und befand sich,

als der Vater zurückkam, in einem Kleefelde spielend. Der Schmerz war vollständig fort. Sie brauchte die Kur noch einige Tage gelind fort und verließ Gräfenberg vollständig wiederhergestellt.

Ist der Brustschmerz das Zeichen einer kranken Lunge, so können Umschläge zwar Linderung verschaffen, jedoch darf die volle Wasserkur auf keinen Fall in Anwendung kommen. Vergl. d. Art. Lungenschwindsucht.

Brustwassersucht, s. Wassersucht.

Bubonen. Wenn nach erfolgter syphilitischer Ansteckung das venerische Gift aufgesaugt wird, so theilt es sich zunächst den Drüsen mit, welche alsdann anschwellen und verhärten, oder in Eiterung übergehen. In der Regel werden die in nächster Nähe gelegenen Lymphdrüsen der Leiste (Schenkelbeuge, Dünnung) zuerst befallen. Eine derartige verhärtete oder vereiternde Lymphdrüse nennt man einen Bubo; die Behandlung von Bubonen siehe unter dem Art. Syphilis.

Bürsten. Ueber den Nutzen, welchen das Bürsten der Haut hat, siehe d. Art. Gicht.

Chiragra, s. Gicht.

Chirurgische Krankheiten. In das Gebiet der Wundarzneikunst gehören sowol Krankheiten, welche durch äußere Verletzungen entstanden sind, als auch solche, die mehr von inneren Ursachen, Säfteverderbniß u. s. w. herrühren. Jenen sind Verletzungen und Verrenkungen aller Art, Erfrierungen, Verbrennungen, Quetschungen, Wunden, Knochenbrüche 2c., diesen, Geschwülste, Drüsenverhärtungen, Knochenfraß, Geschwüre, Brand, Furunkel (Schwären oder Eisen) Nagelgeschwüre, Krebs, syphilitische Geschwüre oder Auswüchse 2c. (s. d. Art.) zuzuzählen.

Sie erfordern entweder die mechanische Hilfe eines geschickten Wundarztes oder aber es reicht zu ihrer Heilung eine die Säfte reinigende und den Gesammtorganismus kräftigende Behandlung hin, welche dem Heilbestreben der Natur zu Hilfe kommt. In derartigen Fällen ist eine gut geleitete Wasser- und Diätkur das beste Mittel, um Heilung herbeizuführen, aber auch in den ersterwähnten Fällen leistet das Wasserheilverfahren unvergleichliche Dienste, da es äußerlich und innerlich angewendet, der Entzündung und dem Fieber vorbeugt, und somit Dienste leistet, die durch kein einziges der zur Zeit bekannten Heilverfahren erreicht, geschweige denn übertroffen wird. Das spezielle Heilverfahren für die verschiedenen Fälle schreiben die diesbezüglichen Artikel vor.

Cholera. Man unterscheidet zwei Arten von Cholera, auch Brechdurchfall oder Brechruhr genannt, nämlich die europäische (Cholera nostras) oder sporadische, d. h. in einzelnen, verstreuten Fällen vorkommende und die asiatische Cholera, d. h. die epidemisch, also seuchenartig auftretende Cholera. Jene ist milder und weniger gefährlich, diese sehr bösartig.

Die europäische Cholera, also der gewöhnliche Brechdurchfall tritt gewöhnlich in den spätern Sommermonaten, bei heißen Tagen und kühlen Abenden und Nächten auf. Sie beginnt mit Uebelkeit, Aufstoßen, Auftreibung des Magens und mit Schmerzen im Unterleibe, worauf schnell heftiges

Erbrechen und Durchfall folgen. Hierzu gesellen sich Hitze, Durst, schnelles Athmen, schneller, aber schwacher und unruhiger Puls, Krämpfe (im Unterleib und in den Waden) klebrige Schweiße, Kälte der Gliedmaßen, Bläße und Entstellung des Gesichts (spitze Nase, eingefallenes Gesicht) u. s. w. Der Verlauf ist schnell, gewöhnlich 1—3 Tage und bei richtiger Behandlung leicht zu heben. Andernfalls verläuft sie selbst tödtlich, oder hinterläßt, wenn während des Krankheitsverlaufes eine naturwidrige Behandlung oder irgendwelche Vernachlässigungen stattfinden, allerlei Unterleibsbeschwerden.

Als Krankheitsursachen sind zu bezeichnen: klimatische oder auch Witterungsverhältnisse, besonders der Füße und des Unterleibes, grobe Diätfehler oder auch endemische (örtliche in der Umgebung und Lebensweise der Betreffenden) gegebene Einflüsse.

Behandlung. Von größter Bedeutung ist, ja man kann sagen, eine Hauptsache in der Behandlung ist, daß man im Gegensatz zur landesläufigen Behandlung, welche fast ausnahmslos darauf abzielt, die öfteren Ausleerungen zu „stopfen", dieselben zu begünstigen sucht und die Durchfälle durch sehr reichliches Trinken von frischem Wasser zu beschleunigen sucht; ferner ist der Kranke sofort in ein Sitzbad zu bringen, während welchem die Gliedmaßen des Patienten fortwährend kräftig gerieben werden müssen. Wie man sieht, befindet sich die neue Schule der naturgemäßen Heilweise schon dadurch im schärfsten Gegensatz, daß sie nicht wie die alte, allopathische Schule darauf ausgeht, beim Brechdurchfall die öfteren Ausleerungen aus den Verdauungswegen zu „stopfen", sondern eher noch zu befördern. Dies ist in allen den zahlreichen Fällen um so nothwendiger, wo Diätfehler irgendwelcher Art die eigentliche Krankheitsursache bilden. Denn sind Getränke oder Nahrungsmittel irgendwelcher Art dem Magen zugeführt worden, welche dieser wegen ihrer Schwerverdaulichkeit oder vollständigen Unverdaulichkeit (d. h. für den Magen des Betreffenden absolut unverdaulich) lebhafte Störungen in den Verdauungswegen hervorrufen, so kann in der That nichts „Heilsameres" gedacht werden, als wenn diese Schädlichkeit möglichst bald wieder aus dem Körper entfernt wird, damit sie nicht noch weiterhin ihren schädlichen Einfluß auf den Verdauungsapparat auszuüben vermag. Die Natur wendet auch in diesem Falle das zweckdienlichste und radicalste Mittel an, d. h. sie entfernt jene Störenfriede um jeden Preis aus dem Körper und zwar in denjenigen Fällen, wo dieselben noch nicht über den Magen hinaus in die übrigen Verdauungswege vorgedrungen sind, setzt sie dieselben aus kurzer Hand und mit aller erforderlichen Energie durch Erbrechen an die Luft, in den anderen Fällen wendet sie ein beschleunigtes Verfahren an, um sie möglichst schnell an die Grenze des Körperweichbildes zu bringen und diese Unholde „auszuleeren". In allen derartigen Fällen betrachtet daher die Naturheilkunde ein derartiges Erbrechen (ebenso wie bei directen Vergiftungen) und derartige Diarrhöen nicht als etwas Schädliches, Krankhaftes, sondern im Gegentheil als etwas Zweckmäßiges, Nützliches, Heilsames; sie betrachtet daher in allen derartigen Fällen den Brechdurchfall als den von der weisen, ärztlichen Hand der Natur eingeleiteten und im Gange befindlichen Selbstthei-

lungsprozeß und „stopft" daher derartige Diarrhöen nicht, sondern befördert sie vielmehr. Ueberhaupt fällt die Naturheilkunde ihrer Allmeisterin, der Natur, niemals in den Arm, sucht sie niemals zu meistern, sondern beobachtet sie als ganz bescheidene, aber aufmerksame Dienerin, als Heilgehilfin der Natur, die die Winke ihrer Meisterin zu beachten unablässig bestrebt ist.

Werden dagegen derartige Diarrhöen z. B. durch Opiumtropfen u. dergl. gestopft, d. h. diejenigen Nerven und Muskeln (Darmmuskulatur), welche bei der Exmission (Ausstoßung, Austreibung) jener fremdartigen, unverdauten und deßhalb dem Organismus feindseligen Stoffe als Executivbeamte fungiren, in ihrer gesundheitspolizeilichen Berufsthätigkeit durch narkotische, also durch betäubende und belebende Mittel lahm gelegt, so werden jene Stoffe zum Schaden des Wolbefindens und der Gesundheit des Betreffenden noch längere Zeit zurückgehalten. Anstatt also durch die Ausstoßung jener Schädlichkeiten die gestörte Harmonie am ehesten wieder hergestellt worden wäre, leidet jetzt, wo jene schädlichen Stoffe — die eigentliche Krankheitsursache — weil in den Verdauungswegen zurückgehalten, auch noch fernerweit ihre verderblichen Wirkungen auf die Schleimhäute und die Funktionen des Verdauungsapparates ausüben, die Gesundheit auf längere unbestimmte Zeit Schaden oder doch erhebliche Störungen. Lassen die Ausleerungen nach, so ist das Wassertrinken zu beschränken, und man gibt dem Kranken einen feuchten Leibumschlag (sog. Neptunsgürtel, s. d. Art.) und hüllt den Kranken sorgfältig in wollene Decken, damit er schwitze. Nach abgewartetem Schweiße wird der Körper des Patienten feucht und zwar kräftig und schnell abgerieben, damit alle durch den Schweiß auf die Körperoberfläche ausgeschiedenen Unreinigkeiten von der Haut entfernt werden, dem Kranken ein wenig Trinkwasser gereicht, der Unterleib kräftig mit wollenen Tüchern frottirt und ein kühles Klystier gegeben. Drei bis vier Schwitzpackungen beendigen die Kur gewöhnlich vollständig, und ist jetzt nur noch zu beachten, daß dem Genesenden eine leichte und nicht zu reichliche Nahrung gereicht wird und daß derselbe noch einige Zeit einen erregenden Leibumschlag fortwährend trägt, der am Morgen und vor dem Zubettegehen erneuert werden muß.

Die asiatische Cholera drang im Jahre 1817 das erste Mal von Ostindien aus bis nach Europa vor. Dieselbe tritt mit und ohne Vorboten auf. Abgesehen von den zahlreichen, für die ärztliche Praxis am Krankenbett unfruchtbaren Theorieen über das Wesen der Cholera, lehrt die Erfahrung, daß es sich hierbei um einen schweren, lähmungsartigen Zustand derjenigen Nervenpartien handelt, welche der Verdauung, dem Blutkreislauf und der Wärmeentwicklung dienen. Infolge dieser tief in das Getriebe des Lebens eingreifenden Gesundheitsstörung scheiden sich die flüssigeren Bestandtheile des Blutes (das sog. eiweißreiche Blutwasser) von den geformten Blutbestandtheilen, und werden durch die Aderwände in den Verdauungskanal ergossen, wo sich ihnen die oberflächlichsten Schichten der Darmschleimhaut (Epithelien) beimischen und alsdann in Form der berüchtigten Reiswasserstühle aus dem Körper ausgeschieden werden. Die anderen Blutbestandtheile

(von rother Farbe) werden infolge des großen Wasserverlustes, welchen sie beständig erleiden, immer mehr eingedickt und färben sich entsprechend dunkler, sodaß in bereits weit vorgeschrittenen Fällen das Blut eine heidelbeermusartige zähe und klebrige Beschaffenheit von schwarzrother Farbe annimmt.

Dadurch erklärt sich sehr natürlich der außerordentlich erschwerte Blutumlauf (Blutcirculation), die Pulslosigkeit der Schwercholerakranken, die Unmöglichkeit ihnen Blut aus den Adern zu lassen (was sollte dies auch nützen!), die bläuliche Farbe der Haut, die niedrige Körperwärme, die Krämpfe (infolge der durch die erschwerte und mangelhafte Blutcirculation entstehenden Ernährungsstörungen in den Nerven und Muskeln) sowie alle übrigen Zufälle.

Die Behandlung der Cholera hat es vorzüglich mit zwei Dingen zu thun: Mit der Ausleerung des Auszuscheidenden, mit der Wiederherstellung einer regelrechten Blutcirculation und der erforderlichen Wiederbelebung des Nervensystems. Schon frühzeitig kam man auf den Gedanken, die Kälte als Heilmittel bei der Cholera anzuwenden und einer der Ersten, welcher davon Gebrauch machte, war Dr. Brandis, der dieses Mittel bei der in Moskau 1829 ausgebrochenen Choleraepidemie anrieth, gleichwie man in Wien, nach Dr. Hufemann Wasser von hohem Kältegrad äußerlich und innerlich anwendete. In der That beweisen beinahe zahllose Zeugnisse sehr vieler Aerzte aus allen Gegenden, welche die Cholera durchzog, daß gerade in den schwersten Fällen der Krankheit, kaltes Getränk) kalte Umschläge, kalte Klystiere und kalte Begießungen den größten und augenscheinlichsten Nutzen geleistet haben. In der Regel zeigten die Kranken selbst Neigung zu kalten Getränken, hin und wieder auch zu kalten Bädern. Müller in Riga hat bei 200 Kranken dieses Verlangen nach kaltem Wasser befriedigt und niemals Schaden von der Befriedigung desselben bemerkt. In Ostindien gesundeten Cholerakranke, die sich in kaltes Wasser stürzten. In Persien wird jeder Cholerakranke augenblicklich und wiederholt mit kaltem Wasser begossen und darauf tüchtig frottirt und durchgeknetet. In Galizien sind nach Dr. Riedel in Lemberg, viele arme Leute blos durch den Gebrauch kalter Bäder von der Cholera genesen. Wir zählen von den Aerzten, welche über den Erfolg des kalten Wassers gegenüber der Cholera berichten, nur die Dr. Granichstätten, Julius Casper, Tryden, Mayer, Lichtenstedt, Romberg, Rust, Hufeland, Thümmel, Müller, Seburgner, Günther, Gravier, King Samson, Sinogowitz und Wolf auf.

Am wichtigsten sind jedoch die diesbezüglichen Erfahrungen auf dem Gräfenberge und die Erfolge, deren sich Prießnitz in den Jahren erfreute, als die Cholera auch seine Heimath durchzog und an anderen Orten unzählige Opfer dahin raffte. Von 23 durch Prießnitz unmittelbar behandelten Cholerakranken unterlag nicht Einer und Hunderte, welche seine öffentlich bekannt gemachten Vorschläge genau befolgten, hatten sich eines ähnlichen Erfolgs zu erfreuen.

Dieser Erfolg gegenüber der Cholera, wie gegenüber anderen Krankheiten, vor denen man ohne das naturgemäße Heilverfahren hilf- und rathlos dasteht, hat seinen Grund darin:

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

daß das Wasserheilverfahren gleichzeitig und gleichmäßig auf alle Functionen und Systeme des menschlichen Körpers gerichtet werden kann, **was bei keinem einzigen andern Heilverfahren möglich ist!!**

In leichteren Fällen reichten lange bis zu zwei Stunden ausgedehnte Sitzbäder, mit ununterbrochenem Frottiren des Unterleibes und der untern Gliedmaßen, gleichzeitiger, reichlicher Genuß frischen Wassers und die nachfolgende Anwendung von kalten Klystieren zur Beschwichtigung der Anfälle und zur Heilung des Leidens aus. In bedenklichen Fällen, wo schon Krämpfe und Lähmungen eingetreten waren, wurde der Kranke in ein Halbbad mit abgeschrecktem Wasser gesetzt und so lange frottirt, bis der Körper zu dünsten begann, darauf, nach kurzer Ruhe in feuchte Leintücher geschlagen, in denen er schwitzen mußte. Außerdem wurden häufige kühle Klystiere und langanhaltende Sitzbäder von 1—1¼ Stunden angewendet und der reichliche Genuß frischen Wassers nicht vernachlässigt.

Die Behandlung der Cholera macht die Zuziehung eines Arztes keineswegs unbedingt nöthig, da sie, wie alle Wasserkuren, so einfach ist, daß sie ein ungelehrter, gesunder Menschenverstand leicht begreift. Die Hauptsache bleibt, daß ein derartiges Heilverfahren consequent durchgeführt wird. Um das von Prießnitz angewendete Heilverfahren genau kennen zu lernen, erscheint es zweckmäßig dessen hierüber ertheilte und weit verbreitete Instruktion hier einzuschalten:

„Die Art und Weise, bei der Cholera zu Werke zu gehen, hängt theils von der körperlichen Beschaffenheit des Kranken, theils von dem Grade, den die Krankheit schon erreicht hat, ab. Hat der Kranke einen sehr schwächlichen Körper, dann wird sowol das Wasser mit etwas erhöhter Temperatur angewandt, als auch das Schwitzen nur mäßig befördert; ist die Krankheit schon bis zur Besinnungslosigkeit vorgeschritten, so ist sogleich der Anfang mit Klystieren von kaltem Wasser zu machen.

Bei einer, mit schmerzhaftem Durchfall und Erbrechen auftretenden Form der Cholera geht der Leidende in ein Sitzbad von höchstens 12° R. und hat er zugleich Kopfweh, so bekommt er einen kalten Umschlag auf den Kopf. Außerdem reibe er sich mit nassen Händen Magen und Unterleib, während ein Anderer ihm mit kaltem Wasser die Füße, die Arme und den Rücken reibt. Zu diesem Zweck taucht der Reibende die Hände nur bisweilen in das kalte Wasser, und dieses Reiben wird solange fortgesetzt, bis die natürliche Wärme des Körpers wieder eingetreten ist. Während dieser Behandlung trinkt der Kranke fort und fort kaltes Wasser, das, wenn er es nicht selbst thun kann, ihm natürlich gereicht werden muß. Das Trinken muß solange fortgesetzt werden, bis die Uebelkeiten, der Magendruck, das fieberhafte Brennen der Haut, der Durchfall und das Erbrechen wieder aufgehört haben. Hat bis dahin noch kein Erbrechen stattgefunden, so stellt sich dasselbe gewöhnlich infolge des Trinkens ein, und es wird dann damit so lange fortgefahren, bis es wieder aufhört. Das Wasser wird hierbei im reichlichsten Maße (mehrere Liter in einer Stunde) getrunken, was bei dem

vorhandenen brennenden und unauslöschlichen Durste keine große Ueberwindung kostet. So oft der Umschlag auf dem Kopfe des Patienten warm geworden, muß er erneuert werden.

„Mindern sich bei dieser Behandlung die erwähnten Choleraanfälle oder haben sie ganz aufgehört, was mit dem Erbrechen und dem Durchfalle durchaus geschehen sein muß, so bringt man den Kranken ins Bett, legt ihm einen kalten Umschlag über den ganzen Unterleib, reibt ihm die Hände und Füße und überhaupt den ganzen Körper kräftig, bis er völlig warm ist, wickelt ihn in eine wollene Decke oder Kotze (Pferdedecke), bedeckt ihn mit einer leichten, aber recht warm haltenden Zudecke (Deckbett) und sorgt dafür, daß er in möglichst starken Schweiß gerathe und er, was jedoch nicht immer geschieht, einschlafe.

„Tritt Schweiß ein, so ist der Kranke in der Regel als gerettet zu betrachten, sonst muß das Verfahren wiederholt werden, sobald sich Anfälle zeigen. —

Man öffnet sodann Thüren und Fenster, um frische Luft zuzulassen, wobei man jedoch allen Luftzug, der den Kranken, treffen könnte, vermeidet. In diesem Zustande mag der Kranke nun gelassen werden, solange er es selbst wünscht oder solange man es für gut findet. Alsdann wird die Haut desselben durch eine feucht-kalte Abreibung von den Schweißrückständen gereinigt, ihm die gewöhnliche Kleidung angelegt und fühlt er sich stark genug, bei gutem Wetter in die freie Luft gebracht, wo, wenn er es vermag, sich Bewegung machen soll. Schon während er im Bette liegt, ohne zu schlafen, soll mit dem Trinken des kalten Wassers fortgefahren werden, ebenso wenn der Kranke aufgestanden, abgewaschen und angezogen ist, bis er vollständig genesen ist. Auch die Umschläge auf den Unterleib sind noch fernerweit anzuwenden, besonders wenn sich noch irgend welche Anmahnung an das Uebel einstellt. Eine hierbei ja nicht außer Acht zu lassende Hauptsache ist die Ruhe, die der Genesende anhaltend zu pflegen hat, damit der Körper durch keine Art anstrengender Bewegung, durch Gehen u. s. w. ermüdet werde und Zeit gewinne, seine Kräfte wieder zu sammeln.

„Ein tieferer Wärmegrad des Wassers, also kälteres oder ganz kaltes Wasser — **doch niemals Eis selbst!** — ferner das stärkere oder stärkste Schwitzen, bis zum Rinnen durch den Strohsack (Matratze), kann nur bei stärkeren Naturen und bei vorgerückter Krankheit Anwendung finden.

„Oft, besonders wenn die Hilfe dem Ergriffenen frühzeitig zu Theil wird, reicht schon diese einmalige Behandlung völlig zur gänzlichen Herstellung aus; wiederholen sich die Anfälle aber, und tritt wol gar eine Verschlimmerung ein, was bei der Hartnäckigkeit des Uebels zuweilen geschieht, ohne daß man aber ängstlich zu werden braucht, so muß man obiges Verfahren, jedoch mit ganz kaltem Wasser, wiederholen.

Bemerkungen: „Das Wasser muß stets frisch vom Brunnen geholt werden, sei es zum Trinken oder zu dem Bade oder zu den Abwaschungen; um ihm einen höheren Wärmegrad zu geben, gießt man etwas heißes Wasser zu. — Da bei der Heilung der Cholera Alles darauf ankommt, die unter-

drückte Ausdünstung wieder herzustellen und die Haut wieder in Thätigkeit zu setzen, wodurch zugleich die natürliche Wärme wieder eintritt, so ist die Frische des Wassers wegen des bezweckten erhöhten Reizes **unumgänglich nöthig.**

Die Temperatur des Wassers muß in gleicher Höhe erhalten werden, was man dadurch bewirkt, daß man das Bad wechselt, sobald das Wasser wärmer zu werden anfängt, zu welchem Zwecke man sich zweier Badewannen bedienen kann. — Das Wasser im Bade soll dem Kranken etwa bis an den Nabel gehen. — Es ist gut, zu gleicher Zeit die Füße in das Wasser zu setzen. Man kann sich zum Baden einer ganz gewöhnlichen Badewanne bedienen, unter deren unteres Ende man ein Stück Holz legt, sodaß das Wasser an dem oberen Theile, in welchem der Kranke sitzt, tiefer ist, wodurch man das Benetzen der Füße und Schenkel auch weit leichter erreicht. — Es ist gefährlich, den Kranken ein ganz kaltes Bad nehmen zu lassen, weil bei ausbleibender Reaction (Gegenwirkung des Körpers) sein Tod gewiß erfolgen würde. Die bei der Behandlung angewendeten Umschläge sind erwärmende oder erregende (s. d. Art.). — Die Abwaschungen dauern solange, bis alle warmen Stellen abgekühlt sind, wie das bei jeder Abwaschung nach vorhergegangenem Schwitzen der Fall sein soll, also 1—2 Minuten. — Wenn sich Krämpfe an den Füßen einstellen, so müssen die Füße jedenfalls in das Wasser gestellt und solange gerieben werden, bis der Krampf verschwindet.

Bei heftigen Schmerzen, Schneiden und Grimmen im Unterleibe, Krampf im Mastdarm und sehr starkem Durchfall, müssen während des Sitzbades Klystiere von kaltem Wasser gegeben werden.

Der Cholerakranke hat so wenig als möglich und das Wenige nur kalt zu essen. Er esse keine Milch und überhaupt nur etwas leichtes Weißbrod mit Butter und trinke viel Wasser dazu.

Der Genesende brauche bis zu seiner Wiederherstellung und noch länger eine gelinde Wasserkur fort, um alle noch im Körper zurückgebliebenen Krankheitsstoffe zu entfernen und diesen zu stärken." Vergl. Epidemie.

Was soll nun dieser Verordnung des Altmeisters der Wasserheilkunde noch hinzugefügt werden?

Absolut nichts! Mit einer bewunderungswürdigen Einfachheit und Klarheit zeichnet uns hier dieser unstudirte „Naturarzt" in kurzen, markigen Strichen das Krankheitsbild der Cholera. In wahrhaft genialer Weise (man bedenke nur, daß dies zu einer Zeit geschah, wo die Geister noch vom dumpfesten Medicinaberglauben umwölkt waren) markirt er alsdann die Heilaufgabe, stellt uns den gesammten Heilplan vor Augen und gibt uns alsdann die zuverlässigste Anleitung zur naturgemäßen Behandlung der Cholera. Hier treten uns keine bloßen Hypothesen, keine graue Theorie entgegen, sondern in jedem seiner Worte offenbart sich nur ein zielbewußtes Handeln und praktische Bethätigung werkthätiger, ärztlicher Hilfeleistung. Wie trostreich und verheißungsvoll klingt nicht allein schon die aus kraftvollstem Selbstvertrauen entspringende Verheißung, daß man selbst in denjenigen Fällen

von Cholera, bei welchen sich trotz des energischen Zuhilfekommens das Uebel verschlimmert, „dennoch nicht ängstlich zu werden braucht".

Wie sehr ist eine derartige, von selbstbewußtem ärztlichen Handeln Zeugniß ablegende Sprache dazu angethan, die geängstigten Gemüther zu beruhigen und die bereits Verzagenden wieder zu ermuthigen, während gegenwärtig, sobald sich nur irgend welche passende Gelegenheit bietet, Einschüchterungen des Publikums an der Tagesordnung sind und des Bangemachens kein Ende ist, sodaß schließlich die Furcht vor der Cholera zu einem größeren Uebel wird, als die Cholera selbst ist. Und wer wüßte nicht, welchen unheimlichen Einfluß auf die Erkrankung an der Cholera gerade ein Niedergedrücktsein (Depression), ein förmlicher Lähmungszustand des Nervensystems ausübt, wie sie Furcht und Schreck hervorbringen? Und wie vortheilhaft sticht dieser ermunternde und zuversichtliche, ärztliche Zuspruch eines Prießnitz von jenen ewigen Bangemachereien ab, die das eingeschüchterte Publikum (wir erinnern hierbei nur an die vorjährige Cholera-Epidemie in Italien und dem südlichen Frankreich, an die entsetzliche Panik, welche die Cholera überall hervorrief und die endgiltig in dem Wahnwitz gipfelte, daß sich Einzelne das Leben aus Furcht vor der Cholera nahmen) und die beinahe das ganze Publikum zu einem geradezu verächtlichen Gesammtfeigling machte.

Wie vortheilhaft sticht ferner das werkthätige, ärztliche Eingreifen dieses Begründers der **arzneilosen** Heilweise von dem unfruchtbaren, zuwartenden Verfahren der modernen Krankenbehandlung ab, welche den Schein der völligen Unthätigkeit gegen sich hat und in der That nicht selten darauf hinaus läuft, was den Kranken anlangt, es auf Erden gehen zu lassen, wie es Gott im Himmel gefällt.

Und was die Behandlung der Krankheit anlangt, so geht Prießnitz schnurstracks auf sein Ziel los, ohne auch nur einen einzigen Augenblick Nebenherlaufendes (also die Begleiterscheinungen des Krankheitsprozeßes) zu übersehen oder überhaupt unbeachtet zu lassen. Und mit welch' feiner Beobachtungsgabe erkennt er die Eigenart und die Besonderheiten in der Körperconstitution eines Kranken, also, wie fein individualisirt er — und dies ist bekanntlich die größte Kunst des ausübenden Arztes — und wie kräftig greift er ein, wo es geboten erscheint. Prießnitz kennt nicht das thatenlose Umherstehen am Krankenbett, denn bei der Cholera heißt es für den ehrlichen und gewissenhaften Arzt (denn der ärztliche Beruf ist nicht allein Wissens-, sondern auch Gewissensfache!) nicht blos zuzuwarten und nicht blos zu lindern, nicht blos spielend oder zum Schein zu verordnen, denn wer wollte durch ein derartiges sträfliches Nichtsthun das Leben seiner Pflegbefohlenen auf's Spiel setzen? Denn was hilft es beispielsweise dem Patienten, wenn der studirte oder gelehrte Arzt, ausgerüstet mit dem ganzen Apparate des modernen medizinischen Wissens, den Kranken befühlt, beklopft, behorcht und alsdann dem erstaunten Laien die Stelle zeigt, wo sich ein krankhafter Prozeß in der Lunge entwickelt hat, oder wenn er nach sorgfältiger Untersuchung des Herzens ein Leiden der Herzklappen auf das genaueste beschreibt, dem Kranken den Umfang seiner Milz und den Fettgehalt seiner Leber mit über-

zeugender Beredtsamkeit schildert und detaillirt, nachher aber, wo es zum ärztlichen Handeln kommt, alle diese gelehrte, wissenschaftliche Genauigkeit plötzlich in den sträflichen Leichtsinn des ärztlichen laisser aller (es gehen lassen, wie's geht) oder in höhnende Auslassungen über das therapeutische (also die Heilung bezweckende) Unvermögen der allopathischen Heilkunde oder in bittere Klagen über die Unzuverlässigkeit der allopathischen Heilmittel umschlägt?

Im alltäglichen Leben wollen aber die Kranken auch behandelt sein und der Arzt will selbst, wenn er Gewissen und Mitgefühl hat, das Seinige zur Genesung beitragen und nicht blos über das Honorar quittiren.

Der überaus scharf beobachtende und durchaus selbständig denkende „Naturarzt" Prießnitz wie souverän fühlt er sich gegenüber der Cholera, diesem bis dahin so sehr gefürchteten Würgengel, weil Prießnitz sich bewußt ist, daß er mit dem mächtigsten Heilmittel, dem Wasserheilverfahren, welches beinahe ein **Allheilmittel** genannt werden darf, ausgestattet ist. Mit sachkundigem Blicke steht er am Krankenbett und mit Sachkenntniß legt er seine naturärztliche Hand an, um hier die allzugroßen Heilbestrebungen der Natur zu mäßigen, dort das unzureichende Heilbestreben derselben anzufachen oder zu bethätigen; hier ein für dieselbe unübersteigliches Hinderniß aus dem Wege zu räumen, dort ihrer erlahmenden Kraft mit Stärkungsmitteln (aber nicht mit solchen aus der lateinischen Küche!) zu Hilfe zu kommen und auf diese Weise die ebenso schöne als schwierige Aufgabe eines Arztes zu erfüllen. Trotz seiner genialen ärztlichen Befähigung ist jedoch Prießnitz der bescheidene Naturarzt, denn der tüchtige und unterrichtete Arzt hat Anlaß in Hülle und Fülle, den eminenten Leistungen der Naturheilkraft gegenüber bescheiden, sehr bescheiden zu sein und ist er aufrichtig und nicht allzusehr von sich eingenommen, so bescheidet er sich damit, ein Diener der Natur zu sein zum Heile und Segen der leidenden Menschheit, nicht aber den Hohenpriester der Natur zu spielen und zu wähnen, daß sein Aeskulapsstab*) ein Zauberstab sei.

Cholerine. Mit diesem Namen bezeichnet man eine Art von vorwiegend in Gestalt von Durchfall auftretender leichterer Form von Brechdurchfall. Ein Leibumschlag (sog. Neptunsgürtel, s. d. Art.), wozu ein dünnes Leintuch benutzt werden und dieses, wenn in abgeschrecktem Wasser (d. i. Wasser, das bereits mehrere Stunden in der Stube gestanden hat) genetzt, gut ausgedrückt werden muß, Tag und Nacht getragen und am Morgen und beim Zubettgehen erneuert werden muß. Wenn erforderlich, muß der Leib durch gewärmte Tücher und dergl. gewärmt werden.

Was die Diät anbelangt, so muß dieselbe mild und entziehend (s. d. Art.) sein. Hafergrütze und Gerstenschleim leisten hier die vortrefflichsten Dienste, ebenso getrocknete Heidelbeeren und sog. eingebrannte Suppen, d. h. Suppen aus braungelb geröstetem Mehl bereitet.

---

*) Der Gott der Aerzte, Aeskulap, wurde mit einem Stabe abgebildet, um welchen sich eine Schlange windet, daher Aeskulapsstab.

Congestionen. Der widernatürliche Andrang des Blutes nach einzelnen Theilen des Körpers, wodurch sich in diesen mehr Blut anhäuft, als es der Fall sein sollte, und wodurch Störungen in den Functionen dieser Theile eintreten, nennt man Congestionen, Blutandrang oder Blutwallungen.

Mann nennt dieselben „activ", wenn in selbstthätiger Weise Blut durch die den Blutumlauf unterhaltenden Organe (Herz und Schlagadern) nach irgend einem Körpertheile oder Körperorgane hingetrieben wird und eine dem entsprechende Aufregung in dem Blutgefäßsystem (im „Blute", wie man zu sagen pflegt) gegeben ist. Passive Blutüberfüllungen nennt man dagegen diejenigen widernatürlichen Blutanhäufungen in einzelnen Körpertheilen, die von einer gewissen Schwäche und krankhaften Nachgiebigkeit der Ufer der Blutbahnen, also der Aderwände, herrühren.

Erstere sind in der Weise zu bekämpfen, daß derjenige Theil, welcher an Congestionen zu leiden hat, mit kalten Ueberschlägen bedeckt und im Uebrigen ein ableitendes Wasserheilverfahren (z. B. Fußbäder, Sohlenbäder, Barfußgehen, Thaubäder, Fußpackungen, Sitzbäder, Wickel der untern Körperhälfte 2c.) angewendet und reichlich kaltes Wasser vom Brunnen weg getrunken wird. Die Diät muß eine kühlende und reizmildernde (s. d. A.) sein und anstatt gewürzter und üppiger Speisen und erregender Getränke dürfen nur ganz wenig gewürzte milde Speisen (Obst, Milch und Brod) und kühlende, blutverdünnende und „blutreinigende" Getränke (besonders Limonade d. h. Wasser mit säuerlichen Fruchtsäften und eingesottenen Beerenfrüchten aller Art versetzt und nur ganz wenig versüßt, in erster Linie Preißelbeeren) genossen werden. Bei Schwächezuständen in den Wänden der Blutgefässe, muß vor allen Dingen eine Kräftigung des Aderwerks durch die entsprechenden Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens (feuchte Abreibungen, kühle Waschungen, reichliches Trinken von kaltem, frischen Wasser u. s. w.) angestrebt werden. Liegt irgendwelches Grundleiden vor, so muß dieses natürlich beständig im Auge behalten werden.

Wenn also einerseits eine einfache, mäßige und kühlende Diät unerläßlich nothwendig, und alle die zahlreichen Ursachen (soweit sie nicht auf organischen Fehlern gewisser Organe beruhen) streng zu meiden sind und mäßige Bewegung in der freien Luft, kalte Waschungen, Umschläge, kalte Klystiere und überhaupt die oben erwähnten Anwendungsformen des Wassers am Platze sind, so sind dagegen eingreifende Wasserkuren und kalte Vollbäder nur mit Vorsicht anzuwenden, da dieselben nicht selten die Congestivzustände, also das Ueberfülltsein gewisser Körpertheile mit Blut, noch vermehren. Weiteres siehe unter den Artikeln über: Brust- und Kopfcongestionen, Asthma, Blutschlagfluß, Brustbräune, Hämorrhoiden, Monatsfluß, Unterleibskrankheiten.

Contusionen, s. Quetschungen.

Convulsionen, s. die unter Nervenkrankheiten vorhandenen Abschnitte.

Cretinismus. Die Ausbildung dieser eigenthümlichen Art von Blödsinn und verkümmerter Körperentwicklung, wie sie hauptsächlich durch tiefe, sonnenlose und feuchte Gebirgsthäler begünstigt wird, hat Vieles mit der Entwicklung

der Skrofelkrankheit (siehe den Artikel) gemein, und wir möchten die dort vorgeschlagene Behandlungsweise der Kinder umsomehr empfehlen, als bei dem Kretinismus nur fleißig angewendetes kühles Baden der Kinder, ihre Versetzung in eine andere Luft, besonders Gebirgsluft, angemessene Diät, kurz, die Anwendung aller Mittel, welche auf die Kräftigung ihrer Konstitution und auf die Ausbildung ihres Geistes abzielen, schon die außerordentlichsten Erfolge erzielt haben.

Croup, s. unter Bräune.

Dampfbäder, s. unter Wasser und seine Anwendungsformen.

Darmbruch, s. Brüche.

Darmentzündung. Diese sehr gefährliche, überaus schnell verlaufende Krankheit, die in der Entzündung einer größeren oder kleineren Partie des Darmkanals besteht und gewöhnlich mit dem Namen Unterleibsentzündung bezeichnet wird, kündigt sich durch folgende Symptome (Krankheitszeichen) an: Allgemeines Fieber, große Hitze der Haut, Durst, Ängstlichkeit, schnellen, harten, kleinen und ungleichen Puls, Erbrechen und hartnäckige, oft bis zum Kotbrechen aufsteigende Verstopfung und einen festsitzenden, schneidenden und bohrenden Schmerz im Leibe.

Ursachen. Dieselbe wird durch scharfe, reizende und hierdurch Entzündung erregende, in den Körper eingeführte Substanzen, wie Gifte, heftige Brech- oder Abführmittel (Bandwurmkuren), durch hitzige Getränke und übermäßig scharf gewürzte Speisen, ferner durch fremde Körper (z. B. Steine von Steinobst), durch langandauernde Verstopfung 2c., am häufigsten aber durch schwere Erkältungen, besonders der Füße, oder durch Unterleibsbrüche (z. B. eingeklemmte Brüche) hervorgerufen.

Behandlung. Auch hier gilt es, in erster Linie darnach zu trachten, die etwa noch fortbestehenden krankmachenden Ursachen zu beseitigen, die oft genug in scharfen, ätzenden oder überhaupt reizenden, in den Darm gelangten Stoffen bestehen. Befinden sich derartige Stoffe, wenn auch nur zum Teil, noch im Magen, was sich durch Übelkeit, Brechreiz oder Erbrechen kund giebt, so muß, wenn Erbrechen vorhanden, dieses begünstigt, und wenn nicht vorhanden, herbeigeführt werden. (Siehe den Artikel.) Ferner sind oft wiederholte Klystiere von abgeschrecktem Wasser, also Wasser, das bereits mehrere Stunden im Zimmer oder in der Küche gestanden hat, unerläßlich notwendig, weil durch nichts anderes zu ersetzen. Nach erfolgter Ausleerung ist der reichliche Genuß schleimiger Getränke (Haferschleim, Graupenschleim und dergleichen mehr) zu empfehlen, unter Umständen auch zu wiederholende Klystiere mit den vorerwähnten Stoffen. Wenn es irgend angeht, d. h. wenn der Leib des Kranken nicht gar zu schmerzhaft ist, so unterstütze man die durch das Klystier angestrebten Wirkungen durch eine allgemeine Knetung (Massage, siehe den Artikel) des Unterleibes, in Form von kreisförmigen oder mit der flachen Hand querüber und zwar wellenförmig auszuführenden sanften Knetungen. Hat das Leiden einen mehr örtlichen Charakter, so ist eine sanfte örtliche Knetung oder mildes, kreisförmiges Streichen der betref-

fenden Stelle erforderlich. Durch Sitzbäder von abgeschrecktem Wasser (siehe den Artikel) und kräftige feuchte Abreibungen der Füße wird die Entscheidung wesentlich beschleunigt.

Wenn fremde, in den Darmkanal gelangte Stoffe (z. B. giftige Substanzen) die Darmentzündung verursacht haben, so können die üblen, entzündlichen Folgewirkungen durch fleißiges Wassertrinken sehr gemindert und außerdem das Herausschaffen der fremdartigen oder giftigen Substanzen (siehe den Artikel, „Erbrechen" und „Vergiftung") sehr gefördert werden, nachdem man dieselben durch den reichlichen Genuß schleimiger oder öliger Stoffe (Hafer- und Gerstenschleim [Gräupchen], eine Abkochung von Leinsamen und Milch u. s. w.) eingeschleimt, d. h. in Schleim eingewickelt oder mit demselben umhüllt hat. Der Entzündung selbst muß man durch oft zu wechselnde Umschläge von kaltem (brunnenfrischem) Wasser zu begegnen suchen, die weiterhin ganz nach dem Gefühle des Patienten mit feuchten erregenden Umschlägen (Leibpackungen) zu vertauschen sind.

Gleich wie Umschläge von kaltem Wasser bei allen Unterleibsentzündungen (Darm- und Bauchfellentzündung), mögen dieselben von inneren oder äußeren Ursachen (Verletzungen) herrühren, oft genug das einzige Rettungsmittel bieten und sich nach den Zeugnissen eines Hahn, Örtel, Brandis, Hoffmann, Theden, Reuß u. a., selbst in den verzweifeltsten Fällen auf das Glänzendste bewährt haben, so zeigt sich dies auch am auffallendsten bei eingeklemmten Brüchen. (Siehe den Artikel.) Wenn ein eingeklemmter Bruch die Ursache ist, in welchem Falle natürlich erst die erforderlichen Manipulationen in Anwendung zu bringen sind, welche die Zurückbringung des vorgefallenen Eingeweideteils (Bruch) in die Bauchhöhle ermöglichen. Ist dies geschehen, so muß die betreffende Stelle alsdann mit kalten Umschlägen behandelt werden, die natürlich von Zeit zu Zeit, je nach der Stärke der Entzündung und nach dem Gefühle des Kranken zu wechseln sind. Diese Maßnahmen sind noch durch kühle Klystiere und durch Trinken von frischem Wasser zu unterstützen, um auch die letzten Reste des Leidens zu beseitigen.

Wenn anderweitige Ursachen, z. B. Blähungen, Hämorrhoiden 2c., Veranlassung zu entzündlichen Prozessen des Darmkanals geben, so sind in erster Linie Sitzbäder in Gebrauch zu ziehen, die anfänglich lau (zirka 24°—26° R.) genommen werden und zu denen man, während das Sitzbad genommen wird, kühleres Wasser zugießt, bis die Temperatur des Badewassers auf zirka 22—18° R. erniedrigt ist. Außerdem sind weiterhin, wenn die Entzündung in der Hauptsache gehoben ist, auch Umschläge und Klystiere anzuwenden, die in allen Fällen, auch nachdem die Entzündung gehoben ist, noch eine Zeit lang fortgesetzt werden müssen. Außerdem dient es zur Vollendung der Heilung, wenn der Kranke einige Tage in feuchte Leintücher gepackt wird (Dampfpackung, Schwitzpackung), täglich 2—3 Sitzbäder und ebenso viele Klystiere nimmt, und die äußerliche Anwendung von kaltem Wasser noch eine Zeit lang vermeidet.

Darmkolik, Darmgicht. Die Hauptzufälle dieses Leidens bestehen in hartnäckiger Stuhlverhaltung, anhaltendem Erbrechen, welches unter Umständen sich sogar bis zum Kotbrechen steigern kann, und wozu sich die empfindlichsten Schmerzen gesellen. Wenn nicht die im vorhergehenden Artikel angeführten Ursachen vorhanden sind, so liegt bisweilen eine Verengerung des Darmkanals vor. In der großen Mehrzahl der Fälle bilden Überreizung und die dadurch gegebene nachträgliche Erschlaffung des Verdauungsschlauches und überhaupt der Unterleibsorgane, wie sie insonderheit durch Schlemmerei derjenigen, deren Bauch ihr Gott ist, und durch vieles „Medizinieren" bedingt werden, die Krankheitsursache. Reichliches Trinken vom frischem Wasser, Leibumschlag, milde Massage, Klystiere, und wenn erforderlich Sitzbäder, sind souveräne Mittel, um dem Leiden erfolgreich entgegen zu treten. Wenn dagegen vieles Medizinieren (in Form von Abführmitteln aller Art) oder gar Medizinsiechtum die krankmachende Ursache bilden, so sind noch anderweitige Maßnahmen (siehe den Artikel Medizinsiechtum) unerläßlich notwendig. Wenn nämlich der Zustand des Verdauungsapparates durch Arzneibehandlung sehr heruntergebracht ist, dann muß man selbst mit der Verordnung von Wassertrinken sehr vorsichtig sein. Treten als Begleiterscheinung zugleich auch Magenkrämpfe auf, so sind die diesbezüglichen Maßnahmen (siehe den Artikel) und zwar in erster Linie: Trinken von warmem Wasser, milde Massage, Leibumschlag und Einverleibung einer leicht verdaulichen, dabei nahrhaften und ballastarmen Substanz (Biskuit, Schokolade, Zwieback 2c.) am Platze.

Darrsucht. Bei der Darrsucht der Kinder (Atrophie) ist das bei der Skrofelkrankheit (siehe den Artikel) angegebene Verfahren angezeigt und bei der Darrsucht der Greise (Marasmus) ist reichliches Wassertrinken und der Genuß von Honig sehr zu empfehlen. Außerdem sind die Artikel über Abmagerung, Rückendarre und Schwindsuchten zu vergleichen.

Delirien: Siehe Hirnentzündung, Kopfkongestionen, Nervenfieber, Säuferwahnsinn, Wahnsinn 2c. 2c.

Diarrhoe, s. Durchfall.

Diät. Über die Diät, soweit dieselbe die Befriedigung des Nahrungsbedürfnisses anlangt, ist unsere Ansicht von den diesbezüglichen landesläufigen Ansichten durchaus verschieden.

Normalkleidung, Normalbierwirthschaften (Basel), Normalbetten 2c. haben wir allerdings, jedoch keine Normalmenschen. Diese construirt man sich jedoch alsbald in der Theorie, wenn man deren bedarf, um allgemein giltige oder doch allgemein gelten sollende Gesundheitsregeln, sei es in der Bekleidung oder in der Diät, zu erläutern. Normalmenschen von Fleisch und Bein giebt es in Wirklichkeit nicht. Sitte, Lebensgewohnheiten, nationale Kleidung und Gebräuche, nationale Kost 2c. 2c. können Millionen von Menschen äußerlich ein mehr oder weniger gleiches oder doch sehr ähnliches Gepräge geben, aber in Wirklichkeit, d. h. was die körperliche Organisation anlangt, ist ein jedes Indi-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

viduum, also ein Einzelwesen, mit allen ihm angeborenen Besonderheiten. Das gilt insonderheit vom Magen. Wie schon niemals zwei Blätter in der Natur gefunden werden, welche in ihrem anatomischen Bau und überhaupt in ihrer Form und Gestalt vollständig gleich sind, so gilt dies von der Organisation des Magens in noch weit höherem Maße. Dies ist auch der Grund, warum niemals eine allgemeingiltige Diät aufgestellt werden kann und schablonenmäßige Diätvorschriften, im einzelnen konkreten (thatsächlichen) Falle angewendet, so außerordentlich oft Mißerfolge aufweisen, denn die Natur arbeitet nun einmal nicht nach der Schablone.

Aus diesem Grunde ist der Begriff von Gesundheit niemals für alle Menschen der gleiche, denn wir sind nur insoweit Actionäre oder Antheilhaber einer allgemeinen, d. h. gemeinschaftlichen Gesundheit, als letztere durch das allgemeine, unentbehrliche Bedürfniß an Luft, Wasser, Licht 2c. bedingt ist. Im Übrigen ist für den Einen mancherlei gesund, zuträglich, oder doch nicht schädlich, was dem Andern nicht zusagt, und dies gilt insonderheit von der Nahrung, denn dem einen frommt ein Mehr und eine andere Beschaffenheit, dem andern ein Weniger von des Leibes Nahrung und Notdurft.

Aus der großen Anzahl und der nicht minder großen Verschiedenheit der Stoffe, aus denen der menschliche Leib gefügt ist (ein Mischungsverhältniß, welches in den verschiedenen einzelnen Menschen unberechenbar verschiedene Nariationen erkennen läßt, und das sind die bekannten Verschiedenheiten der Constitution (Leibesbeschaffenheit) und des Temperaments, ergeben sich die universellen Verwandtschaften, d. h. die unendlich zahlreichen **instinktiven** Anziehungen und Abstoßungen (Sympathieen und Antipathieen) für und gegen die verschiedensten Dinge der uns umgebenden Welt. Diese universellen, allseitigen Verwandtschaften der Urstoffe (der chemischen Bestandteile und Baumaterialien) der menschlichen Leiber werden, jemehr dieselben sich bethätigen, um so einflußreicher, d. h. zu mehr oder weniger deutlich ausgesprochenen Neigungen, Sympathieen und Bedürfnissen werden, ihre Abstoßungen aber als Abneigungen oder Antipathien, als instinktive, aber nichtsdestoweniger verständliche und eindringliche Abmahnungen unserer Natur (unseres Körpers), als Abmahnungen, die sich bis zum stärksten Widerwillen (Ekel), z. B. gegen Arzneistoffe, steigern können, offenbaren.

Diese dem menschlichen Körper in seinem Baumateriale eingeborenen, ruhelosen Kräfte sind an sich weder gut noch böse, aber die oft überklugen Bevormundungen seitens unseres schulmeisternden Verstandes und die abstrakten Zurechtweisungen, welche derselbe diesen unserem Körper eingeborenen Neigungen und Verwandtschaften zu Teil werden läßt, führt zu Mißverständnissen und zu Mißanwendungen jener unserem Körper eingeborenen Neigungen und Verwandtschaften und zu einer Legion von sich hieraus ergebenden unheilvollen Konsequenzen (Folgewirkungen) aller Art. Diese vernehmliche und unzweideutige innere Stimme unserer Muskeln

und Sehnen, unserer Membranen und unserer Nerven, also die Stimme dieses in unser Fleisch und Blut verkörperten Gewissens ist sowohl seitens derer, die sich für göttlich beauftragt halten, für unser Seelenheil zu sorgen, als auch seitens der sogenannten Priester unseres leiblichen Heils, arg und schwer verdächtigt und verleumdet worden. Denn die einen haben diese uns eingeborenen natürlichen, weil (chemisch und physiologisch) aus unserem Körper heraus veranlaßten Anziehungen und Neigungen unseres Leibes als „Erbsünde" und als „verderbliche Fleischeslust" verdächtigt und gebrandmarkt und uns dahin unterrichtet und **miß**leitet, daß wir in beständigem Kampfe mit diesen uns eingeborenen natürlichen Neigungen liegen und sie kasteien und kreuzigen, weil wir es gewöhnt sind, oder vielmehr derart abgerichtet sind, mit unserem durch einen „erhabenen Irrtum" (Glaubenssatzungen) umwölkten Verstande jener Gewissensstimme unseres Fleisches, also eine Auflehnung gegen göttliche Gebote und geheiligte Gebräuche und Satzungen anzusehen. Die sogenannten Priester unseres Leibes aber, die Ärzte, haben gemäß den Lehren eines oft blos angeflogenen, anerzogenen und deshalb nur äußerlichen Wissens, sich auf dem Gipfel ihrer Kunst wähnend, geglaubt, auch den Leib des Menschen der Stimme seines leiblichen (chemisch-physiologischen) Gewissens entfremden zu müssen. Wir erinnern nur allein an die medizinische Irrlehre: daß der Genuß von Obst schädlich sei; abgesehen von hundert anderen ähnlichen diätetischen Irrlehren, da es die Konsequenz des starren Systems ihrer Schule so mit sich brachte. Auf diese Weise sind wir in dem Wahne, daß jene uns an- und eingeborenen Bestrebungen und instinktiven Neigungen, sowohl unserem Seelenheil wie auch unserem körperlichen Heil verderblich seien, und unsere leibliche Gesundheit und unsere ewige Glückseligkeit gefährdeten — denn so lehrten es die theologischen und pathologischen Systeme — um einen großen Teil unserer leiblichen und geistigen Instinkte (Naturtriebe), also um unser körperliches Gewissen gekommen.

Durch das Bestreben, den stärksten und unbändigsten körperlichen oder geistigen Antrieben zu folgen, stürzen wir uns oft genug in gefährliche Extreme, weil wir nicht den eindringlichen Ermahnungen der uns innewohnenden, eingeborenen instinktiven Weisheit folgen, sondern uns durch die gekünstelten und abstrakten Unterweisungen dieser oder jener „Autorität" bestürzen und beirren lassen. Diese uns innewohnende, eingeborene, ursprüngliche Weisheit ist der einem jedem Lebewesen eingeborene Schutzengel, ist der uns eingeborene, hochintelligente und überaus gewissenhafte, beispiellos uneigennützige, unbestechliche und über alle Maßen kenntnißreiche und viel vermögende Gesundheitshüter und Leibarzt, den wir mit dem armseligen Titel „der Instinkt" abzufertigen pflegen. Instinkt einbegreift also die eindringlichen und nachdrucksvollen Ratschläge jenes uns eingeborenen ursprünglichsten und intelligentesten Sanitätsrates der Welt. Ohne die Treue, pflichteifrige und hochintelligente Berufsthätigkeit dieses einem jeden Lebewesen eingeborenen Gesundheits-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Beamten würde dasselbe einem unstät hin- und hergeschleuderten Schiff ohne Segel, ohne Kompaß und ohne Steuer gleichen, und wie dieses hilflos und ohnmächtig sicherem Verderben und jähem Untergange preisgegeben sein. Der Instinkt oder Naturtrieb ist also der Inbegriff all der ursprünglichen Intelligenz jener chemischen Grundstoffe und der Art ihrer Gruppierung (chemische Verbindung). Vermöge dieser ursprünglichen Intelligenz ziehen jene Grundstoffe mit unfehlbarem, chemischen Verständniß immer das Richtige und Naturgemäße, mithin das Vernunft- und Gesundheitsgemäße an. Der Instinkt ist daher, wie bereits erwähnt, das Gewissen unserer Sehnen und Muskeln, unserer kompaktesten Knochen (woher es geschehen kann, daß eine Schwangere in der Zeit, wo sich das Knochensystem der Frucht zu entwickeln pflegt, heftiges und unwiderstehliches Verlangen nach Kreide und Kalk verspürt — vielleicht ist ihre Nahrung zu arm an diesen Bestandteilen, um die für den Aufbau des Knochengerüstes der Frucht erforderlichen kalkigen Baumaterialien zu liefern — und genießt davon; ein Beginnen, welches alsdann als unvernünftig, naturwidrig und deshalb gesundheitsschädlich von der Schulweisheit gescholten wird, während es doch, wie wir sehen, vernunft-, natur- und deshalb auch gesundheitsgemäß ist).

Hieraus ergiebt sich eine unendliche Perspektion betreffs der Diät, d. h. der Auswahl von Speise und Trank für den Menschen in gesunden und kranken Tagen, denn auf diese Weise kommen wir zu dem Verständniß, warum die unendlich zahlreichen und mannigfaltigen, unseren Körper zusammensetzenden kleinsten Bestandteile und chemischen Grundstoffe, unter Hunderten oder unter unzähligen andersartigen, aber eben deshalb ihnen am meisten zusagenden kleinsten Bestandteilen (z. B. der Nahrung), verständnisvoll immer das Richtige herausfindet und herauswählt. Hierfür sorgen die beiden unvergleichlich intelligenten und kenntnisreichen Gesundheitswächter — Chemiker ersten Ranges: der Geruch und der Geschmack.

Diese in jedem Organismus (Lebewesen) von dessen stofflichen Grundbestandteilen ausgehenden Kundgebungen und Offenbarungen der individuellen, also eigenartigen, chemischen Verwandtschaften und Bedürfnisse, jener kleinsten, unsern Leib zusammensetzenden Partikelchen (Moleküle) sind immer zweckdienlich und ersprießlich für unser leibliches Wohlbefinden.

Dieses instinktive Sichangezogenfühlen unseres Organismus zu den verschiedenartigsten Dingen, z. B. zu gewissen Nahrungsmitteln, ferner das instinktive Verlangen nach reiner Luft, nach Trinkwasser, Bädern, Wärme, Kälte, Bewegung, Ruhe, Schlaf u. s. w. äußert sich immer dem Richtigen, Zweckdienlichen gegenüber, weil es immer das chemisch Notwendige und physiologisch Erforderliche ist. Dieses mit naturgesetzmäßiger, mit chemischer Notwendigkeit Gewünschte, Gewollte, Begehrte und Verlangte, kurz, chemisch Ausgewählte und Angezogene bedeutet immer das in der richtigen Menge und im richtigen Mischungs-

verhältniß (Qualität, Beschaffenheit) für den Organismus benötigte Bau- und Betriebsmaterial. Diese chemische Weisheit der kleinsten Grundbestandteile unseres Leibes, also auch unseres Gehirns mit allen den unendlich zahlreichen und verschiedenen Anziehungen und Abstoßungen, irrt nie — sie ist unfehlbar; denn die chemischen Wahlverwandtschaften sind unverbrüchlich, und die sich auf diese Naturgesetze gründenden lebensthätigen Prozesse sind immer einhellig und ohne Widerspruch.

Wer ist es z. B., der dem jugendlichsten menschlichen Wesen, dem Neugeborenen, nachdem es soeben erst die friedliche und dunkle Behausung des Mutterschoßes verlassen hat, lehrt, wie es sich die mütterliche Nahrungsquelle am erfolgreichsten erschließt, also zu einer Zeit, wo der jugendliche Organismus noch vollständig ununterrichtet und noch nicht mit den Ergebnissen der Erfahrungsweisheit bekannt ist. Wer ist es ferner der uns Ekel empfinden läßt? Ist es unser Verstand, ist es die Erfahrungsweisheit, oder sind es die Ermahnungen diätetischer Vorschriften? Ist es ferner die Folge von Ueberlegung oder die Folge von Beeinflussung unseres Verstandes, unserer Vernunft oder der Rathschläge der Erfahrung, wenn nach Einverleibung schädlicher Stoffe (z. B. von Medizinquark) oder eines ungesunden Uebermaßes von Speisen und Getränken Erbrechen eintritt und sich der Magen auf diese Weise jener entweder an sich oder durch ihr Übermaß schädlichen Stoffen entledigt? In allen diesen und in unzählig anderen Fällen ist es zunächst die ursprüngliche, unserem Körper eingeborene instinktive Weisheit, welche die Wohlfahrt und das Gedeihen unseres Körpers überwacht.

Die größte diätetische Weisheit besitzt einzig und allein der Instinkt, und das Zugeständniß der ersten medizinischen Autoritäten, „daß eine streng wissenschaftliche Diätetik bis jetzt noch unmöglich sei!“ — was sagt es anderes, als daß das Rind und der Esel in Diätfragen weit klüger sind als wir und als jeder schwer gelehrte Diätetiker, da jene nie im Zweifel sind, ob ihnen Gras oder Disteln zuträglich sind oder nicht, wir aber bis zur Stunde noch nicht wissen, welche Art von Nahrung für uns die zuträglichste ist. Wenn man behauptet, daß von einer wissenschaftlich begründeten Diät Gesundheit, Wohlstand und Glück der Menschen am allermeisten abhängen, so muß man fragen, ob die Menschen nicht gesundheitlich außerordentlich viel mehr gewinnen, unter der Leitung des ihnen angeborenen Instinktes, vorausgesetzt, daß derselbe nicht von frühester Jugend auf unterdrückt und verdorben wurde. Befindet sich nicht das gesamte Tierreich unter der ausschließlichen, äußerst zuverlässigen Führung des Instinkts ausnehmend wohl? Bei den verschiedenartigsten und tiefgehendsten Beeinflussungen unseres Instinkts, Beeinflussungen, welche geeignet sind, ihn vollständig zu verwirren, bei aller Unnatur im Essen und Trinken, erlischt dennoch unser Instinkt nie vollständig, und am reinsten und ausgesprochensten finden wir ihn bei Kindern. Für die gesammte Tierwelt ist er der zuverlässigste Ratgeber, denn er rät immer nur das, was den um Rat Fragenden zuträglich und zugleich

angenehm ist, und warnt sie eindringlich und unzweideutig vor dem, was ihnen schaden würde. Da, wie wir bereits sahen, der Instinkt der Inbegriff der Wünsche und Bedürfnisse aller jener kleinsten Stoffteilchen ist, aus welchen unser Körper sich zusammensetzt, also das Zusammenwirken der chemischen Hinneigungen (Sympathieen) und Abneigungen (Antipathieen) der chemischen Mischungsbestandteile eines Lebewesens bedeutet, so wird es erklärlich, warum der Instinkt *jedem* Geschöpfe genau die besondere Nahrung und Lebensweise vorzuschreiben vermag, welche der besonderen Körperkonstitution desselben jederzeit vollständig entspricht. Hieraus wird es auch erklärlich, warum der Naturforscher *Levaillant*, der auf seinen Entdeckungsreisen in Südafrika stets einen Affen als Sanitätsrat bei sich führte, von diesem immer so vortrefflich beraten wurde, weit besser wie von anderen Sanitätsräten. Dieser Affe hatte nämlich den äußerst wichtigen und verantwortlichen Posten, die Wurzeln und Früchte, welche man fand, und die weder Levaillant noch den ihn begleitenden Hottentotten bekannt waren, einer diätetischen Vorprüfung zu unterwerfen. Und in der That, trotzdem daß dieser wirkliche Gesundheitsrat weder eine chemische Untersuchung mit den ihm zur Prüfung vorgelegten Früchten und Wurzeln vornahm, noch irgend ein Lehrbuch über Diätetik nachschlug, waren dennoch die *Urteile*, die er *rein instinktiv* abgab, stets zutreffend und höchst zuverlässig; denn diejenigen Früchte und Wurzeln, welche unser Vetter gern fraß, waren wohlschmeckend und gesund; diejenigen aber, welche er wegwarf, übelschmeckend und schädlich.

Wer möchte es unternehmen, die letzten Ursachen für die Diätetik gewisser afrikanischer Negerstämme nachzuweisen, die zum Mahl pulverisirte Heuschrecken in Verbindung mit gewissen, bei uns nur ungern gesehenen Sechsfüßlern verzehren? Wer möchte es vom Standpunkte der Diät aus erklären, warum man in Kalifornien mit Vorliebe Raupen, in China Schmetterlingspuppen, und in Vandiemensland eingesalzene Erdwürmer verzehrt, oder wer versteht die diätetische Besonderheit, warum die Tungusen die mit Fischen oder Früchten gefütterten Hunde am liebsten gleich roh verzehren, warum die menschenfressenden Kannibalen den Handtellern und Fußsohlen, dem Herz, der Leber und der Zunge den Vorzug geben, während Wölfe wiederum an ganz anderen Theilen des menschlichen Körpers Geschmack finden, und die Tungusen die gebratene menschliche Nachgeburt gleich einem Beefsteak verzehren, und für die Peschera's (Süd-Amerika) ein verfaulter Seehund die größte Delikatesse bildet. Schlugen nicht schon die Cythen, die Sydonier und andere ihre Kranken möglichst bald tot, um sie nicht in allzu magerem Zustande verzehren zu müssen? Warum ziehen die Menschenfleisch fressenden Kannibalen das Fleisch der Karaïben dem Fleische von Frauen, und das Fleisch der Schwarzen dem Fleische der Weißen, und das Fleisch der Weißen dem Fleische der Spanier vor, von dem sie behaupten, daß es bitter schmecke? Da aber Menschenfleisch wie Schweinefleisch schmeckt, und wir außer Fleisch und Blut fast alle Eingeweide samt Ohren, Rüssel und Füßen an

diesen Tieren genießen, so können wir uns kaum wundern, wenn wir hören, daß eine kranke Standesdame aus fürstlichem Geblüt auf Neuseeland, auf Befragen ihrer Umgebung, was sie etwa zu essen wünsche, in der Einfachheit ihres Herzens antwortete: „Ich denke, ich könnte die zarten Fingerknochen eines weißen Kindes saugen!“ und erklärte nicht jener Kannibale von ungeheurer Größe und fürchterlich wildem Aussehen, welcher vor einer Reihe von Jahren in dem Matrosenhospital auf Staaten-Island bei New-York starb, und der von einem Seekapitän auf einer der Südseeinseln gefangen genommen und in Ketten gelegt worden war, aber auf der Reise erkrankte, daß er aus Mangel an Menschenfleisch sterbe und daß ihn nichts anderes befriedigen könne? — Wir sprechen hier nur von der Diät im Allgemeinen, spezielle Diätverordnungen, die immer nur einen sehr relativen Wert beanspruchen können, siehe unter Heilmaßnahmen der Naturheilkunde und über das Wasser in seiner diätetischen Anwendung unter Wasser und den bei verschiedenen Krankheiten in diesem Werke erteilten Diätvorschriften (siehe namentlich Gicht, Magen- und Unterleibskrankheiten).

Die Diät während einer Kur bei Anwendung des Wasserheilverfahrens muß eine kräftigende, also nährende sein und zwar je nach dem Zustande des Kranken, bald einfach und milde, bald kräftig nährend. Denn dem Körper muß der Abgang von Kräften ersetzt werden, deren er für die täglich wiederkehrenden Anstrengungen bei einer solchen Kur bedarf. Den Ansichten des genialen Prießnitz über die Diät überhaupt und über die während der Wasserkur anzuwendende Diät sind so einfach und gesund als seine ganze Heilmethode. Sie sind im Allgemeinen folgende: Da nur allein die Lebenskraft es ist, welche den Körper gesund, d. h. alle Funktionen (Lebensverrichtungen) desselben in vollständiger und einhelliger Thätigkeit zu erhalten vermag, und wenn er erkrankt, ihn nur durch die vermehrte Lebenstätigkeit des Gesamtorganismus zur Gesundheit zurückzuführen im Stande ist, diese Lebenskraft aber nur im kräftig ernährten Organismus ihre ganze Energie zu entfalten vermag, so muß bei der Heilung einer jeden Krankheit ohne Ausnahme auf Kräftigung und Stärkung des Organismus hingearbeitet werden. Vieltausendfältig bestätigte Erfahrung hat gelehrt, daß sogar ein Übermaß im Essen und Trinken während einer Wasserkur weit weniger nachteilige Folgen nach sich zog, als eine Entziehung der erforderlichen Nahrungsmittel. Daher muß eine von Grund aus durchgeführte nachhaltige Heilung das Resultat der Kräftigung, nicht der Schwächung sein. Denn wenn man dem Organismus die erforderliche kräftige Nahrung entzieht, so sinkt die Lebenskraft infolge des Mangels an Ersatz verbrauchter Stoffe und alle Erscheinungen des Lebens, des gesunden wie des kranken, werden weniger energisch, und wenn auch die Krankheitserscheinungen (Symptome) schwinden, so geschieht dies nur, um uns einen chronisch siechen Körper zu hinterlassen; oder wenn die Natur diesen allmählig wieder kräftigt, um einen neuen hartnäckigen Kampf zu beginnen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Im Allgemeinen sind sehr warme, erhitzende, sehr saure und reizende (stark gewürzte) Speisen und Getränke streng zu vermeiden. Ebenso sind fette und blähende Speisen und bei Magen- und Unterleibskranken Kaffee, Wein, Thee, Bier, Branntwein und andere erhitzende Getränke, die hier doppelt nachteilig wirken, indem sie nicht allein die Verdauungsorgane reizen, sondern auch insbesondere die durch das Kurverfahren gegebene ohnehin schon ansehnliche Erregung vermehren, zu meiden. Dagegen sind Milch, Brod, Obst und Gemüse und Fleisch- und Mehlspeisen aller Art am Platze. In Gräfenberg bestand die tägliche Nahrung zum Frühstück und Abendessen in frischer und gesäuerter, ungerahmter Milch, nebst Brod und Butter, Mittags in gekochtem Rindfleisch, Braten, Gemüsen (trocknen und frischen) und Mehlspeisen verschiedener Art. Suppen waren als erschlaffend lange Zeit und mit Recht verbannt. Für solche Kranke, die einer strengeren Diät bedurften, war der sogenannte Diätentisch angeordnet, an dem eine strenge Auswahl von Speisen herrschte, und an welchem die Speisen in besonderen Portionen verabreicht wurden. In einzelnen Fällen wurde die Nahrung der Kranken, wenn die Natur der Krankheit es nötig machte, noch mehr eingeschränkt. Alle Speisen am Diätentisch wurden *stark abgekühlt genossen*. Suppen, Schwarzbrod und Butter waren an diesen Tischen vollständig verbannt und alle nicht an dieser Tafel gebotenen Genüsse verboten.

Dicker Hals, s. Kropf.

Dickleibigkeit, s. Fettleibigkeit.

Diphtheritis, (brandige Rachenbräune.)

Wesen und Entstehungsursachen. Die Naturheilkunde faßt die Diphtheritis nicht als ein örtliches, parasitäres, also durch irgend welche Schmarotzer erzeugtes Leiden auf, sondern als ein den ganzen Organismus betreffendes Allgemeinleiden, dessen Wesen uns noch vollständig verschlossen ist. Wie überhaupt die meisten Krankheiten nicht die Folge einer einzigen Ursache, sondern das Endergebnis mehrfach zusammenwirkender gesundheitsschädlicher Einflüsse sind, so auch die Diphtheritis. Schon die Thatsache, daß die Diphtheritis sowol bei Reich, wie bei Arm, in den Städten, wie auf dem Lande vorkommt, beweist, daß die Ursachen allgemein verbreitete sein müssen. Daß fast nur allein die *Säuglinge* von der Diphtheritis verschont bleiben, ist eine auffallende, für den Denkenden jedoch natürliche Thatsache; denn an der Mutterbrust ist der Säugling noch geschützt vor der Unnatur der modernen Hyperzivilisation; sein Leben ist noch ein gesundheitsgemäßes, weil er eine *naturgemäße* Nahrung zu sich nimmt, denn die aus der Mutterbrust quellende ist keine unnatürlich erregende und infolgedessen schwächende und den zarten Organismus seiner Widerstandsfähigkeit gegen krankmachende Einflüsse beraubende Nahrung, wie der laut ärztlicher Vorschrift zur vermeintlichen Stärkung dargereichte Fleischextrakt und eingelöffelte Tokayerwein. Sein Blut fließt noch rein und unverfälscht durch die Adern, ist noch nicht mit Hilfe des Pockeneiters und der Impflanzette vergiftet und ver-

pestet; der zarte Organismus ist in seiner Widerstandskraft noch nicht sehr geschwächt worden dadurch, daß man ihm zumutete, ein ihm künstlich in die reinen Säfte gemischtes Gift mit Aufbietung aller seiner Kräfte wieder auszustoßen. Diese durch und durch naturwidrigen Einflüsse machen sich aber sofort geltend, sobald der Säugling der Mutterbrust entwöhnt ist, und machen sein Blut für Aufnahme von Krankheiten aller Art empfänglich. Kommt hierzu noch die bei eingeschüchterten und misleiteten Müttern immer mehr überhand nehmende Erkältungsfurcht, die jedwede Abhärtung des Körpers gegen frische Luft und kühles Wasser unmöglich macht, dafür aber der Verweichlichung und Verzärtelung des Körpers grenzenlosen Vorschub leistet, so darf es uns nicht wundern, wenn der Körper aller Kräfte verlustig geht, die er von Haus aus in so hohem Maße zur Abwehr von krankmachenden Einflüssen aller Art besitzt. Deshalb ist die Behauptung auch von Bedeutung, daß die Diphtheritis in den meisten Fällen nichts anderes sei, als ein nicht ordentlich zum Ausbruch gekommenes, d. h. ohne den charakteristischen Ausschlag auf der Haut auftretendes, also in zurückgetretenes, oder vielmehr verborgen gebliebenes Scharlachfieber sei, indem es dem Körper an der erforderlichen Widerstandskraft fehlte, den Feind auf dasjenige Territorium (die Haut) zu drängen, auf dem so viele schwere Erkrankungsformen (Masern, Scharlach, Pocken 2c. 2c.) in erfolgreichster und ungefährlichster Weise zum Austrage gebracht werden.

Man unterscheidet 3 Formen der Diphtheritis: die rein für sich entstehende, die kroupöse und die typhöse Form.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Allgemeine einleitende Krankheitserscheinungen: allgemeines Unwohlsein, Mattigkeit und Abgeschlagenheit in den Gliedern, Teilnahmslosigkeit, mürrisches Wesen, Frost, Hitze, Fieberbewegungen, Appetitlosigkeit und vermehrter Durst. — Den örtlichen Prozeß anlangend, so tritt derselbe mit oder ohne bemerkbares Fieber ein und wird meist durch Schlingbeschwerden eingeleitet. Diese Behinderung im Schlingen macht zuerst auf den eigentlichen Sitz des Übels aufmerksam. Außerdem besteht noch eine beim äußeren Drucke auf die betreffende Halsgegend bemerkbare Schmerzhaftigkeit und eine sehr charakteristische gleichzeitig vorhandene Anschwellung der seitlich (am Kieferwinkel) am Unterkiefer gelegenen Lymphdrüsen, eine Erscheinung, die bei katarrhalischen Entzündungen des Rachens nicht beobachtet wird. Bei Besichtigung der Mund- und Rachenhöhle zeigen sich die Mandeln, das Gaumensegel und Zäpfchen (der weiche Gaumen) gerötet und etwas angeschwollen, und schon kurze Zeit nach Beginn der Krankheit zeigt sich ein graumelierter (punktförmiger), weißlicher oder gelblicher oder grauer Anflug oder Belag auf den gerötteten Stellen, der sich bald verdickt und ausbreitet, und nicht selten das Aussehen von bräunlichem, feuchtem Schimmel zeigt, und ganz unregelmäßige Umrisse erkennen läßt. Diese Diphtheritisschorfe lösen sich in milden Fällen (nach 4—5 Tagen) und die unter denselben befindlichen Geschwürsflächen heilen

von den Rändern her, wo ein hellroter Saum entsteht und sich durch gesunde Fleischwärzchen (Granulationen) neues Gewebe bildet. Zu gleicher Zeit lassen die Schlingbeschwerden und das Fieber nach. In schweren Fällen greift dagegen der diphtheritische Prozeß weiter um sich und breitet sich sowohl in der Fläche wie auch in der Tiefe aus; alsdann wird das Schlingen unmöglich und das Fieber und die Beschleunigung des Pulses anhaltend. Auch breitet sich in solchen Fällen der diphtheritische Prozeß gewöhnlich auf den hinteren Teil der Nasenhöhle aus und es tritt ein wässeriger und jauchiger, sehr übelriechender Ausfluß aus den Nasenlöchern aus, welcher die äußere Haut der Oberlippe aufätzt.

In gewissen Fällen nimmt die Diphtheritis den Charakter einer heftigen kroupösen Affektion an (siehe häutige Bräune) und pflanzt sich von der Rachenschleimhaut auf den Kehlkopf fort. In diesen Fällen ist das ganze Gewölbe des Rachens grauweiß überkleidet, es treten rauher, heiserer Husten, Tonlosigkeit der Stimme ein, und die häutigen Ausschwitzungen und Auflagerungen im Kehlkopf rufen Erstickungszufälle hervor.

Endlich kann die Diphtheritis auch unter typhösen Erscheinungen (siehe Typhus) verlaufen. In diesem Falle verbreitet sich die Diphtheritis nicht selten auf die verschiedenartigsten Schleimhäute. Die Kranken verlieren schon nach wenigen Tagen das Bewußtsein und sind äußerst unruhig. Der Puls ist sehr beschleunigt, die Lippen und die Zunge zeigen einen schwarzbraunen Belag und aus der Mundhöhle dringt ein pestartiger Geruch. Auch bilden sich bisweilen schon in den ersten Tage rote, quaddelartige Flecken an den Fingern, den Handtellern, sowie an den unteren Gliedmaßen.

Nicht alle Diphtheritis-Epidemieen zeigen einen gleichen, bösartigen Charakter. Schlecht genährte Patienten, oder solche, von denen von Anfang an gleich jede Nahrung verweigert wird, sodaß die Appetitlosigkeit während der ganzen Dauer der Krankheit fortbesteht, vermögen die Krankheit weniger leicht zu überwinden.

Eine häufige Begleiterscheinung der Krankheit bildet die Lähmung der Schlund- bisweilen auch der Kehlkopfmuskeln. Im ersten Falle wird die Sprache näselnd und die Kranken können nicht schlucken, sodaß Speise und Trank durch die Nase wieder ausgestoßen werden. Im letzteren Falle wird die Stimme schwach, versagt leicht und verliert ihren Ton, und es kann geschehen, daß die Speisen in die Luftröhre gelangen. Seltener sind Lähmungserscheinungen in den oberen Augenliedern, der Muskeln und der Atmungsorgane. Dieselben treten entweder, wiewohl seltener, schon in den ersten Tagen des Krankheitsverlaufes ein, oder sie entstehen erst einige Zeit nach Ablauf der Diphtheritis. Auch hochgradige Blutverarmung, besonders bei kleinen Patienten, entwickelt sich oft schnell infolge der Diphtheritis, sodaß dieselben auffallend erbleichen, unruhig und schlaflos werden und sich nicht selten Krampfanfälle in einzelnen Gliedern einstellen.

Behandlung. Hier wie bei dem Eiterfieber muß stets das Eine festgehalten werden, daß es sich um ein Vorhandensein von den Fort-

bestand des Lebens im höchsten Maße bedrohenden (giftigen) Stoffen im Blute handelt, die auf jeden Fall aus dem Blute entfernt werden müssen, wenn Heilung überhaupt möglich sein soll. Vom allopathischen Quacksalberstandpunkte aus betrachtet, ist man einem solchen Notstande gegenüber vollständig hilflos, weil selbst bei dem geringfügigsten, chemischen Wissen überhaupt kein Stoff gedacht werden kann, der imstande sein möchte, jene das Leben bedrohenden Stoffe aus dem Blute zu tilgen, ohne dieses selbst zu zerstören. Denn es ist von vornherein sonnenklar, daß wenn jene fäulniserregend und zersetzend auf das Blut wirkenden Stoffe, die aus denselben Grundstoffen (Eiweißkörpern), aus welchen das Blut zusammengesetzt ist, bestehen, tiefgehend und erfolgversprechend durch chemisch wirkende Arzneistoffe beeinflußt werden sollen, diese chemischen Agentien nicht blos allein jene Gährung und Fäulnis erregenden Stoffe, sondern auch das Blut selbst abtötend beeinflussen und dessen Constitution (also die physikalische und chemische Natur und Zusammensetzung) in totdrohender Weise zu ändern. Vom arzneimittelsüchtigen, allopathischen Standpunkte aus, fühlt man sich also derartigen Krankheiten gegenüber, bei welchen man sich nicht einmal in der Theorie eine Arzneiwirkung zu denken vermag, die imstande wäre, im Blut vorhandene und auf dessen chemische Zusammensetzung und Mischung (Chemismus) zersetzend einwirkende, faulige, giftige Stoffe zu tilgen oder doch das Leben bedrohende Wirkungen aufzuheben, vollständig hilf- und machtlos. Hierzu kommt, was die Diphteritis (faulige, brandige Rachenbräune) anlangt, die unglückselige, allopathische (beiläufig ganz grobsinnliche und deshalb beschränkte und quacksalberische) Anschauung, daß bei jeder Krankheit, welche örtliche (anatomische) Veränderungen aufweist, auch der therapeutische Hebel örtlich angesetzt werden müsse. Daher die famosen Ätzungen und Pinselungen bei dem in Rede stehenden Leiden, wie auch bei Kehlkopfleiden und anderweitigen örtlichen Entzündungen und Affektionen aller Art. Ganz anders die Naturheilkunde. Immer ist sie darauf bedacht, durch das sog. ableitende Verfahren (s. d. Art.) der Krankheit das Blut, man könnte sagen, das Betriebskapital, zu entziehen, und auf diese Weise die Kraft und Gewalt der Krankheit zu brechen. Die Ableitung des Blutes vom Krankheitsherde hat aber nicht blos diesen Sinn, denn sonst würde es, wie beispielsweise bei Blutandrang, also bei Kongestionen oder Blutwallungen und bei Blutanschoppungen in dem oder jenem Organe, genügen, das Blut einfach nach einem anderweitigen Körperteile (z. B. nach den Füßen) abzuleiten. Nein, wenn es sich darum handelt, daß Krankheitsstoffe aus dem Körper ausgeschieden werden sollen (wie beispielsweise alle sogenannten exanthematischen, also von Ausschlagsfieber und einem Hautausschlage begleiteten Krankheiten, wie Pocken, Scharlach, Masern, 2c.) ferner bei Rheumatismus, und bei Blutvergiftungen aller Art, z. B. bei Kindbettfieber und bei Eiterfieber überhaupt, bei Diphteritis, bei Tollwut, bei Schlangenbiß 2c., so muß die Ableitung des Blutes vom Krankheitsherde (und das Blut kann ja selbst der Krankheitsherd sein, wie es bei Blutvergiftungen immer der Fall ist) nach einem der ausscheidenden Organe, und insonderheit nach dem um-

fangreichsten und leistungsfähigsten ausscheidenden Organe, nach der Haut hin, erfolgen.

Dieser allgemeine Gesichtspunkt muß für alle Maßnahmen ausschlaggebend sein. Die Behelfe der Natur, durch die Haut Krankheitsstoffe aller Art auszuscheiden, sind ganz eminent und noch lange nicht im vollen Umfange bekannt. Man darf sich nur einige wenige der einschlägigen überaus zahlreichen Tatsachen vergegenwärtigen, welche darthun, von welch' eminenter Bedeutung die Haut als ausscheidendes Organ ist. Daß die Haut nicht allein nur in kranken Tagen, also bei gewissen Notständen, Stoffe ausscheidet, deren weiterer Verbleib im Körper die Gesundheit oder gar das Leben bedroht, geht schon allein aus dem Umstande hervor, daß wenn die ausscheidende Lebenstätigkeit der Haut mehr oder weniger oder gar völlig unterdrückt ist, die Gesundheit oder selbst das Leben bedroht wird. Dies zeigte sich ganz eklatant in dem Falle, wo ein Mechanikus (die Schulweisheit treibt jederzeit merkwürdige Blüten!) in Bautzen (Sächsische Lausitz) die Haut und zwar die gesamte Körperoberfläche seines Söhnchens mit einer Firnißschicht überzog, damit derselbe nicht so große Wärmeverluste durch die Haut erleide, wie bisher, und somit in dem Körper seines Sohnes weniger Betriebskapital aufgebraucht werde. Der Knabe starb infolge dieser „Kunst"hilfe durch welche eines der lebenswichtigsten, ausscheidenden Organe, die Haut, vollständig außer Tätigkeit gesetzt wurde und infolge dessen alle jene Stoffe (z. B. Humanin oder Menschenstoff 2c.), deren Natur wir noch gar nicht genau kennen, und deren für den Organismus äußerst schädliche Wirkung direkt erst in neuerer Zeit experimentell nachgewiesen werden konnte, in dem Körper zurückgehalten wurde. Wie schädlich für den Fortbestand des Lebens diejenigen Stoffe sein mögen und wie die Haut einzig und allein es ist, welche im Stande ist, derartige Stoffe erfolgreich aus dem Körper auszuscheiden, zeigt sich auch dann, wenn zwei Drittel der Körperoberfläche (Haut) Brandwunden erleiden, wodurch Hunderte der kleinen Apparate (Schweiß- und Talgdrüsen) zerstört werden. Denn wenn auch diese große Wundfläche wieder ausheilt und vernarbt, so treten doch bald darnach die unheilvollen Folgen davon, daß ein großer Teil der ausscheidenden Apparate der Haut zu Grunde gegangen ist, zu Tage; und die Lungen, die also, wie hieraus hervorgeht, die betreffenden Stoffe nicht auszuscheiden im Stande sind, erkranken unheilbar, so daß die Betreffenden gewöhnlich nach Verlauf von 1—2 Jahren durch den Tod zu Grunde gehen. Auch bei denjenigen, deren Haut über und über mit Pockennarben bedeckt ist, bestehen mehr oder weniger große Störungen in den Verdauungswegen, die vor der Erkrankung an den Pocken nicht vorhanden waren, insonderheit auch eine chronische, dem chronischen Magenkatarrh ähnelnde Verdauungsschwäche. Die Zunge ist beständig in der Weise schwach belegt oder vielmehr weiß verschleiert, als ob der Betreffende soeben erst Milch getrunken hätte, wie es bei an Flechten Leidenden immer der Fall ist, und die ja deshalb immer nur vom Magen aus, d. h. von der Quelle der in der Haut zur Ausscheidung gelangenden

„Unreinigkeiten", aus (d. h. diätetisch) geheilt werden können. Nun sind zwar bei schweren Pockenkranken nicht etwa nur die äußere Haut, sondern auch sämtliche Schleimhäute der Athmungs- und Verdauungswege mit Pockenpusteln bedeckt und muß bei der Abheilung und Vernarbung derselben notwendiger Weise eine große Anzahl der schleimbereitenden (Schleimdrüsen) und der die Verdauungssäfte absondernden, kleinsten Drüsenapparate (Labdrüsen des Magens und die Lieberkühn'schen Drüsen des Dünndarms) untergehen und hierdurch die Leistungsfähigkeit, die Verdauungskraft des Verdauungsapparates entsprechend verringert werden. Daß hierbei aber auch zugleich die Außerbetriebssetzung von tausenden und abertausenden von ausscheidenden Drüsenapparaten der Haut (Schweiß- und Talgdrüsen) mitwirkt, läßt sich mit der größten Wahrscheinlichkeit schon allein daraus schließen, daß man bei ausgedehnteren Brandwunden und hierdurch bedingter Eiterung in der Haut bei der Sektion follikuläre (also von den in die Schleimhaut eingebetteten Drüschen ausgehenden) Geschwüre im Zwölffingerdarm findet, eine Örtlichkeit, an welcher sich unter allen anderen Umständen dergleichen follikuläre Geschwüre niemals finden.

Ich erwähne diesen pathologisch-anatomischen Befund nur deshalb, um denselben als einen Fingerzeig der Natur zu würdigen, in welch' inniger Wechselwirkung die äußere und die innere Oberfläche des menschlichen Körpers, also die Haut und die Schleimhäute der Athmungs- und Verdauungswege zu einander stehen, und wie die ausübende Naturheilkunde der sogenannten medizinischen Wissenschaft unendlich voraus ist; und das ist notwendig; denn das Publikum will geheilt sein und fragt nicht darnach, ob dies „roh empirisch" also durch eine auf bloßer Erfahrung beruhende Heilmethode, oder „rationell" geschieht. Für die moderne, allopathische Heilkunde ist dagegen der Kranke ein mehr oder weniger „interessantes" Forschungsobjekt, und es wird der gesamte, in der That großartige und imponierende, wissenschaftliche Apparat in Bewegung gesetzt, um die Diagnose zu sichern, also die Krankheit benennen zu können, während der Patient selbst *ungeheilt* bleibt. An diese Thatsache hat sich ein Theil des kranken Publikums bereits so gewöhnt, daß eine große Anzahl Patienten zum Arzt kommt, nur um zu erfahren, *was* ihnen fehlt und von der Feststellung des Namens, also der Benamsung ihrer Krankheit (also von der Diagnostizierung derselben) so vollauf befriedigt sind, daß sie den auf die Heilung des Leidens gerichteten Belehrungen des Arztes nur halbes Gehör schenken und dieselben mit ungläubigem Lächeln entgegennehmen, ja, der ärztlichen Beratung betreffs der anzuwendenden Heilmaßnahmen durch die Bemerkung ein Ende machen, es sei ihnen vor allen Dingen und in der Hauptsache darum zu thun, zu wissen, was ihnen eigentlich fehle, wo doch die Diagnose der Krankheit bei *allopathischer* Behandlung nun und nimmer irgendwelche Garantie für die Heilung derselben giebt, sondern höchstens für die Vorhersage (Prognose) über den Verlauf und den Ausgang der Krankheit; aber dies

gilt fast ausschließlich nur für die Medizinheilkunde, denn bei naturgemäßer, also arzneiloser Behandlung verlaufen die Krankheiten anders als bei Medizinbehandlung und die Pathologie (die Lehre von den Krankheiten, ihren Symptomen oder Krankheitszeichen und ihrem Verlauf) der Naturheilkunde ist eine wesentlich andere als diejenige der Medizinheilkunde.

Auch die Ergebnisse der pathologischen Anatomie, also die Sektionsbefunde der unter und oft genug infolge von Arzneibehandlung an Krankheiten Verstorbener, betrachtet die Naturheilkunde mit ganz anderen Augen, denn in zahlreichen Fällen sind die pathologisch-anatomischen Veränderungen, welche die Organe und Gewebe des kranken Organismus erleiden und der Leichenschau die diesbezüglichen Befunde der Sektion liefern, nicht sowohl die Produkte der Krankheit selbst, als vielmehr die Produkte der Krankheit einer arzneilichen, also naturwidrigen Krankenbehandlung*). (Man betrachte nur allein die unzähligen „herrlichen und hochinteressanten" Knochenpräparate der Museen für pathologische Anatomie, welche die fürchterlichen Zerstörungen dartun, die angeblich die Syphilis, in Wirklichkeit aber die Quecksilberbehandlung dieser Krankheit, anrichtet.)

Die spezielle Behandlung der Diphtheritis anlangend, so erwarte man keine Rezepte, d. h. bestimmt formulierte und abgegrenzte Heilmaßnahmen, wie sie in der naturgemäßen Heilweise schon viel zu sehr Eingang gefunden haben. Kein Wunder, denn das Publikum ist in dieser Beziehung so allopathisch-strenggläubig erzogen, daß es meint, der Arzt sei es, welcher heilt, und daß es hierzu bestimmter Mittel (Heilmittel) bedarf, und zwar für jede einzelne Krankheit ein bestimmtes Mittel, oder, wo es sich um das arzneilose Heilverfahren handelt, ganz bestimmte und genau abgegrenzte Heilmaßnahmen nötig sind. In Wirklichkeit liegt jedoch die Sache ganz anders. In zahlreichen Fällen, und zwar in akuten (hitzigen, fieberhaften) sowohl, wie bei chronischen Leiden, und im letzteren Falle ganz vorwiegend, genügt es einzig und allein, die naturgemäßen und somit auch gesundheitsgemäßen Bedingungen herzustellen, um zu sehen, wie erfolgreich sich alsdann der Organismus aufrichtet und die erforderlichen Heilmaßnahmen einleitet. Sobald die naturgemäßen Gesundheitsbedingungen bei fieberhaften Krankheiten gegeben sind, z. B. frische Luft, leichte Bedeckung, reichliches frisches Wasser, erfrischende Fruchtsäfte in Wasser (Citronensaft oder auch Preißelbeeren, wie sie in den Handel kommen, in Wasser verrührt), überhaupt kühles Verhalten, so ist in der unendlichen Mehrzahl der Fälle nur eine rein symptomatische Behandlung, also eine lindernde Einwirkung auf die mit dem Krankheitsprozesse verbundenen, mehr oder minder hochgradigen Beschwerden nötig. Das große Publikum hat keine Ahnung davon, wie eine akute (hitzige, fieberhafte) Krankheit ohne alle und jede ärztliche Behandlung verläuft. In solchen Fällen lernt man einzig und allein das wunderbare Walten der

*) Der Verfasser hatte als mehrjähriger Assistent am pathologisch-anatomischen Institut der Universität Leipzig, wo er auch die diesbezüglichen Museen verwaltete, ausgiebige Gelegenheit zu derartigen Studien.

Natur und deren eminente, weil unbegrenzte ärztliche Leistungsfähigkeit kennen. Aber wer wagt es heutigen Tags, während einer Krankheit *ohne* ärztliche Behandlung zu bleiben? —

In anderen Fällen, wo es notwendig ist, der Natur nicht blos dadurch zu Hilfe zu kommen, daß man die ihren Heilbestrebungen entgegenstehenden Hindernisse aus dem Wege räumt, kann man dem Nervensystem, welches ja die jedem Lebewesen eingeborene, heilende, ärztliche Substanz repräsentirt, den erforderlichen Anstoß (Impuls) auf die **verschiedenartigste** Weise geben, keineswegs also, wie so viele meinen, durch ganz besondere *spezifische* Heilmaßnahmen oder gar Heilformeln. Ich erwähne beispielsweise, daß wir in der letzten Zeit Magen- und Leberleiden **ausschließlich** durch entsprechende Massage *insgesammt* geheilt haben, und darunter einen ganz eklatanten Fall, der der verschiedenartigsten Kunsthilfe siegreich getrotzt hatte und uns einen öffentlichen „heißen Dank" einbrachte. —

Die Aufgabe der Naturheilkunde gegenüber der Diphtheritis ist es, wie in jedem anderen Falle, die *Naturheilung*, d. i. den *Selbstheilungsprozeß* des erkrankten Organismus aus allen Kräften und zwar durchweg mit *naturgemäßen* Mitteln zu unterstützen. Diese Aufgabe ist im vorliegenden Falle eine doppelte, da sowohl *allgemeine* als *örtliche*, auf Unterstützung des Selbstheilvermögens abzielende Maßnahmen erforderlich sind. Erstere sind ungleich notwendiger als letztere. Mag man annehmen, daß bei der Erkrankung an Diphtheritis gleich von vornherein eine *allgemeine* Infektion, also eine giftige Beeinflussung des Blutes oder aber eine *örtliche* Einwirkung schwerer, krankmachender Schädlichkeiten stattfindet, das Leben wird vor allen Dingen dadurch bedroht, daß das *Blut*, also der *Tauschmarkt des Lebens*, zum Hauptherde des Krankseins gemacht wird, und von *diesem* Krankheitsherde aus den Zentralherden des Lebens, den Nervenzentren im Hirn und Herzen deletäre, also den Fortbestand des Lebens bedrohende, weil die regelrechte Lebensthätigkeit den Nerven mehr oder weniger aufhebende (paralysierende, lähmende) Stoffe zugeführt werden.

Durch naturgemäße Heilmaßnahmen beeifert dafür Sorge tragen, daß derartige, bereits im Blute vorhandene Stoffe in ausgiebigster Weise aus dem Körper ausgeschieden werden und dahin wirken, daß die von der örtlichen Erkrankung im Rachen aus drohende Zuführung von schädlichen Stoffen in das Blut möglichst hintangehalten werde, halten wir für die Hauptaufgabe bei der Behandlung von Diphtheritiskranken. —

Wir haben weiter oben absichtlich das Wort „Infektion" gebraucht und dasselbe nicht durch „Ansteckung", sondern durch giftige „Einwirkung" verdeutscht, weil wir Niemanden in dem Glauben bestärken wollen, als ob die Diphtheritis immer von außen her kommen, also der Körper damit „angesteckt" werden müsse, während doch die alltägliche Erfahrung lehrt,

daß zahlreiche Erkrankungsfälle unter Umständen und unter den denkbar günstigsten Verhältnissen (Prinz Waldemar von Preußen 2c. 2c.), ja selbst bei Kindern vorkommen, welche seitens der Eltern durchaus naturgemäß gehalten werden, sowohl, was Speise und Trank anlangt, wie auch hinsichtlich der gesammten Haut- und Körperpflege. Einer durch und durch natur-, gesundheits- und vernunftwidrigen Beeinflussung ist zur Zeit allerdings jedes menschliche Lebewesen (die Tiere des Waldes sind weit besser daran!!!) ausgesetzt, nämlich der Impfung; denn durch dieselbe werden unabsehbare und unberechenbare Einflüsse auf das gesamte Blutleben und insonderheit auf die Konstitution desselben, also auf die chemische und leibliche Natur desselben und auf das gesunde Mischungsverhältnis aller Körpersäfte überhaupt, geübt. Die üblen, gesundheitswidrigen Einwirkungen dieser giftigen, lebens- und gesundheitsfeindlichen Substanz (Impfstoff) können (wie dies auch bei anderweitigen Giften, z. B. bei Syphilis 2c., der Fall zu sein pflegt) lange Zeit latent, also verborgen bleiben, d. h. ersichtliche, augenfällige Wirkungen nicht entfalten und erst Gelegenheitsursachen, z. B. Kränklichkeit 2c., lassen dieselben zu Tage treten. Oft genug ist auch der Organismus zur Zeit, wo eine durch und durch naturwidrige Einwirkung, wie es die Impfung ist, erfolgt, nicht in der Lage, das ihm gewaltthätig aufgedrängte (eingeimpfte) Gift aus dem Körper auszustoßen, und längeres Siechtum ist alsdann die Folge, bis derselbe durch die Gunst der Verhältnisse bis zu dem Maße erstarkt, daß er wieder Herr der Situation wird und den ihm durch sogenannte „wissenschaftliche Kunsthilfe" aufgezwungenen Unrat wieder aus dem Weichbilde des Organismus hinausschafft, d. h. denselben in Form von Hautausschlägen, kritischen Diarrhöen oder sonstwie über die Grenze spediert. Auf jeden Fall ist es höchst auffallend, daß Säuglinge, die also weder unter den Irrlehren der Kinderernährung (Fleischnahrung, Tokayerwein 2c. 2c.), noch unter dem „Segen der Impfung" zu leiden haben, nur ganz ausnahmsweise von der Diphtheritis befallen werden. Auch von der erschreckenden Thatsache, daß die einzig naturgemäße Nahrungsquelle für die Säuglinge, nämlich die Mutterbrust, immer allgemeiner versiegt und dadurch das künstliche Aufpäppeln der Neugeborenen unumgänglich notwendig wird, müssen wir Kenntnis nehmen, da andererseits feststeht, daß es vor allen Dingen das Drüsensystem ist (Lymphdrüsen und Lymphgefäße), welches in erster Linie und in tiefgehendster Weise durch die Einverleibung des dem Organismus durchaus fremdartigen und feindseligen, weil giftigen Impfstoffes beeinflußt, beziehentlich geschädigt wird. —

Wir sehen also, daß es an schädlichen und zwar ganz allgemeinen Beeinflussungen des jugendlichen, menschlichen Organismus nicht fehlt. Denn sowohl die Lehren, welche die allopathische Schule betreffs der Ernährung in das Publikum hineingetragen hat, und die zum großen Teil vom naturgemäßen Standpunkte aus als Irrlehren bezeichnet werden müssen (so z. B. vor allem anderen die Einverleibung von allzu üppiger, reizender und

erhitzender Nahrung, wie Fleischbrühe, Fleisch, Bier, Wein, Kaffee ꝛc., in einen zarten Organismus), wie auch die Irrlehre der Impfung in ihren praktischen Konsequenzen üben allgemein, also im Palast wie in der Hütte, verderbliche Wirkungen.

So sehen wir, wie es einerseits an schädlichen äußeren Einflüssen tiefgehendster und weittragendster Natur nicht fehlt, aber andererseits kann und darf nicht in Abrede gestellt werden, daß sowohl durch eine naturwidrige, folglich auch gesundheitswidrige Nahrung, und besonders auch durch die den Lungen zugeführte, luftförmige, aber durch Auswurfsstoffe des Organismus (gasförmige Exkremente) der verschiedensten Art verpestete und vergiftete Luft Krankheit erzeugende Herde innerhalb des bis dahin gesunden Organismus erzeugt und gezüchtet werden können. Ist das Maß voll, nun dann kommt die durch die allmählige Anhäufung (Akkumulation) von Krankheitsstoffen erzeugte Krankheit zum Ausbruche, d. h. im Organismus werden alle das Leben erhaltenden Kräfte alarmirt, und der kranke Körper stößt hier oder da die gesundheits- und lebensfeindlichen Stoffe aus, sodaß gewisse Örtlichkeiten an der äußeren (Haut) oder inneren Oberfläche (Schleimhäute) in ihrer anatomischen Struktur verändert werden, oder aber mehr oder weniger Schaden leiden (Ausschlagsformen und Schleimhautverschwärungen aller Art.) Diese örtlichen Krankheitsprozesse werden nun nur zu oft für die Hauptsache, also für die Krankheit selbst, gehalten und darüber die allgemeinen Heilmaßnahmen verabsäumt, welche den Organismus in seinen Heilbestrebungen unterstützen sollen.

Die Diphtheritis ist daher am erfolgreichsten im Sinne der vorstehenden Andeutungen zu behandeln, und zwar keineswegs nach bestimmten Heilformeln (Rezepten), wie sie sich bereits in die ausübende Naturheilkunde eingeschlichen haben. Letzteres hat doppelte Gründe. Einerseits ist das Publikum, weil Jahrhunderte lang im allopathischen Arzneimittelaberglauben erzogen, an ganz spezielle Mittel und Heilformeln gewöhnt, und andererseits hat der naturärztliche Erwerb ein materielles Interesse daran, den Glauben des Publikums nicht zu bekämpfen, daß bei der oder jener Anwendungsform des Wasserheilverfahrens soundsoviel Zehntelgrade in der Temperatur des dabei anzuwendenden Wassers äußerst belangreich sei und daß in der Namhaftmachung und Normirung des erforderlichen Temperaturgrades, womöglich bis auf die vierte Dezimalstelle, die über das Laienverständnis hinausgehende Kunst des Naturarztes, und überhaupt seine hauptsächlichste, naturärztliche Leistung bestehe. Dem ist aber nicht so.

Spezielle Behandlung der Diphtheritis. In erster Linie sind diejenigen allgemeinen Heilmaßnahmen und Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens am Platze, welche sich aus den vorstehenden Betrachtungen ergeben, also vor allen Dingen Maßnahmen, welche geeignet erscheinen, eine reichliche Schweißabsonderung des Patienten hervorzurufen und überhaupt die ausscheidende Thätigkeit des Organismus durch die Haut, die Lungen, die Nieren und den Darmkanal zu befördern,

beziehentlich anzuregen. Einen Diphtheritiskranken zum Schwitzen zu bringen, was oft genug nicht leicht ist, halten wir für die wichtigste Heilmaßnahme. Bettdampfbäder (s. d. Artikel) leisten hierbei vortreffliche Dienste und sind deshalb praktisch, weil sie überall, und zwar leicht, schnell und billig zu beschaffen sind; täglich zwei (d. h. am Tage, morgens und abends) Bettdampfbäder sind hinreichend, um, wenn sie erfolgreich sind, die erwünschten Ausscheidungen zu ermöglichen.

Wenn Fieber vorhanden ist, so wird dasselbe durch einige bei Bedarf zu wiederholende kühle Waschungen mit abgeschrecktem Wasser (15 bis 20° R.) bald ermäßigt; ist dasselbe hochgradig, was ja im allgemeinen ziemlich selten der Fall ist, so sind die kühlen Waschungen häufiger zu machen, oder zum kühlen Halbbad, 22—18° R., zu greifen, vorübergehend auch zur feuchten Packung, die nach Bedarf (unter Umständen halbstündlich) zu erneuern ist (damit der Patient nicht in der Packung noch heißer ist als er es zuvor war!), bis der gewünschte Erfolg: Ermäßigung der Bluttemperatur, erreicht ist.

Wenn es sich um einen torpid-fieberhaften Zustand des Patienten handelt, d. h. wenn derselbe an einem kraftlosen, schleichenden Fieber (bei einem hochgradig fauligen Verhalten des örtlichen Halsleidens und des Blutes, gekennzeichnet durch bläuliche Stellen und Flecke, herrührend von stagnierenden [ständernden] oder in fauliger Zersetzung begriffenen Blutes) leidet, so muß energisch eingegriffen werden und es ist eine kräftig erregende Behandlung am Platze. Diese wird am einfachsten und erfolgreichsten in Form von Ganzabreibungen durchgeführt, die man in der Weise ausführt, daß man den Patienten auf ein noch triefendes, in sehr kühles oder selbst naturkaltes Wasser getauchtes Leintuch legt, dasselbe über ihm zusammenschlägt und ihn in und mit diesem kräftig abreibt. Auf diese Weise führt man am erfolgreichsten den torpiden, also erschlafften und schleichend fieberhaften Zustand in den erethischen, also kräftigen, erregt fieberhaften Zustand zurück. In ganz verzweifelten Fällen der Torpidität, ein Zustand, in welchem die Kranken ganz gleichgiltig und teilnahmslos (apathisch) und äußerst hinfällig zu sein pflegen, sodaß jede eingreifende Maßnahme für die Umgebung gewöhnlich überaus hart und selbst grausam erscheint, greife man zum kühlen Halbbad, 22 bis 16° R., und sehr kühlem, 16gkädigen bis naturkalten (14—10grädigen) Übergießen von Nacken, Brust und Rücken. Ist das Angestrebte, das torpide Fieber in ein erethisches umzuwandeln, d. h. die bereits erlahmenden Heilkräfte des Organismus wieder von neuem zu allarmieren, erreicht, so tritt die gewöhnliche, bereits weiter oben geschilderte Behandlung wieder in ihre Rechte. Wie lange eine derartige Ganzabreibung oder ein Halbbad zu dauern hat, hierüber entscheidet, wie überhaupt bei allen Heilmaßnahmen der Naturheilkunde, einzig und allein die **Natur**; das Frösteln der Patienten, das Verhalten der Haut (z. B. das Auftreten der sogenannten „Gänsehaut“ oder das Bläulichwerden der Haut) sind die sicheren Anzeichen, daß die Prozedur zu beendigen ist, und kann es

vorkommen, daß, um die baldige und ausgiebige Wiedererwärmung des Patienten sicherer und schneller herbeizuführen, ein feuchter Wickel (Packung), unterstützt durch Wärmflaschen oder durch ein Bettdampfbad, anzuwenden ist.

Alles in allem erachten wir aber ein regelrechtes (russisches) Dampfbad mit nachträglicher kalter Strahldouche oder kalter Übergießung als das souveränste Mittel, um Diphtertiserkrankungen in den verschiedensten Stadien in erfolgversprechendster Weise, weil von Grund aus, zu behandeln.

Was die naturgemäße Behandlung der örtlichen, also auf den Schleimhäuten des Rachens und Schlundes gegebenen Krankheitserscheinungen anlangt, so ist es ein **Wahn**, wenn man glaubt, man könne dieselben durch irgendwelche örtliche Einwirkungen erfolgreich oder nur erfolgversprechend beeinflussen, denn der diphtheritische Zerfall wird nicht von **außen**, sondern von **innen** her bewirkt. Ein brandiger Zerfall, ein Absterben der Gewebe (Gangrän — Gewebstod) hat und kann immer nur durch innere Ursachen, gegeben durch gestörte, oder aber vollständig aufgehobene Ernährungsbedingungen, herbeigeführt werden. Es darf nur einer jener wunderbaren Regulatoren, welche alle Blutbahnen als feinste elektrische Kabel des sogenannten „sympathischen Nervengeflechts", als sogenannte „vasomotorische" (also die Blutgefäße, Adern) in Bewegung setzen, d. h. erweitern oder verengern, durch gesundheits- und lebensfeindliche Einwirkung in ihrer Berufsthätigkeit mehr oder weniger lahm gelegt werden, so entsteht eine unheilvolle Verkehrsstörung in den Blutbahnen, und je mehr die Zufuhr von Blut, also von neuen Bau- und Betriebsmaterialien beeinträchtigt wird, desto mehr wird es auch die Ernährung der diesbezüglichen anatomischen Strukturen (Gewebe). Je mehr sich diese Verkehrsstockung in den Blutbahnen steigert, desto größer wird der Notstand, die Hungersnot, die Ernährungsstörung der von diesen Blutgefäßbahnen abhängigen Gewebspartieen, und der höchste Grad der Ernährungsstörung führt Absterben, Gewebstod, Brand (brandig absterbende Gewebspartieen an der Körperoberfläche sehen schwarz, wie verkohlt, aus, daher der Name „Brand"). Das, was man nun als diphtherischen „Belag" bezeichnet, ist keineswegs ein solcher, sondern eine Trübung der obersten Schichten der Schleimhautepithelien, also der aus zelligen Elementen bestehenden, obersten Lagen der Schleimhaut; aus diesem Grunde ist es auch nicht möglich, diesen Belag abzuschaben oder überhaupt zu entfernen, was bei einem wirklichen Belag möglich ist. Diese infolge der allgemeinen Ernährungsstörung getrübten Epithelien (daher die graugelbliche Farbe dieser vermeintlichen Auflagerungen) sind bereits im Absterben begriffen, da sie, weil am weitesten vom Tauschmarkte des Lebens (den Blutbahnen) entfernt, zuerst unter dem Notstande zu leiden haben. Diese obersten Zellen-(Epithelial-)Schichten sind es auch, welche, weil abgestorben, sich losstoßen, wodurch die tieferen Zellenlagen ihrer schützenden Decke, ihres epithelialen Überzuges, beraubt werden, d. h. die betreffenden

Schleimhautpartieen den Charakter eines Geschwüres annehmen; bald folgen weitere Lagen der Schleimhaut nach, indem sie, weil abgestorben, sich in flüssiger, jauchiger Form oder in Gestalt brandiger (abgestorbener) Gewebsfetzen losstoßen.

Dieser Prozeß brandiger Abstoßung dauert natürlich solange, bis alle abgestorbenen Gewebselemente abgestoßen sind, sei es durch brandigen Zerfall in gröbere Bestandteile oder durch brandige Verjauchung.

Aus dem mehr Angedeuteten als weiter Ausgeführten geht sonnenklar hervor, daß von einer erfolgreichen oder überhaupt nur erfolgversprechenden äußerlichen Behandlung, soweit es sich um die famose Pinselei u. dgl. m. handelt, der örtlichen diphtheritischen (Hals-)Erkrankung gar nicht die Rede sein kann. Und wenn von derartigen Maßnahmen in der That etwas zu hoffen wäre, so bedenke man, wie weit hier Praxis und Theorie auseinanderliegen; denn bei kleinen Patienten — und das ist die Mehrzahl — die oft genug nicht nur sehr ungeberdig, sondern auch sehr ungezogen sind, bietet eine in regelmäßigen Zwischenräumen von einer einzigen Person (und so liegen die Verhältnisse in Volkskreisen am Tage fast immer), und das ist fast ausnahmslos die Mutter, auszuführende örtliche Behandlung die allergrößten Schwierigkeiten, oder sie ist geradezu unmöglich. Geschieht es aber naturärztlicherseits, so erscheint dies den Müttern und überhaupt der weiblichen Umgebung fast wie ein barbarischer, ja brutaler Eingriff, der als etwas höchst Widerwärtiges kaum geduldet, am allerwenigsten aber eigenhändig ausgeführt wird, denn viele Mütter ziehen es vor, bei der Vornahme einer Pinselung, ja, selbst bei Anwendung von Halbbädern das Zimmer zu verlassen, so unerträglich ist ihnen eine derartige Vornahme. Ist es doch oft genug außerordentlich schwer, überhaupt den Umfang und die Ausdehnung einer diphtheritischen Halsaffektion festzustellen, da schon allein die Untersuchung des Halses, besonders bei sehr kleinen Patienten, beinahe einem Akte der Quälerei gleichgeachtet wird. In dieser Beziehung stößt daher die Naturheilkunde auf große und oft genug beinahe unübersteigliche Hindernisse, denn die allopathische Schule hat es verstanden, für ihre Lehren und Maßnahmen durch Anpassung an die Anschauungen und Alltagsgebräuche, sonstigen Gewohnheiten und Schwächen des Publikums, ebenso wie überhaupt an die gegebenen Verhältnisse wirksamste Propaganda zu machen und sich im Volksbewußtsein festzusetzen. Es ist unendlich bequemer, einen Patienten in unreiner, verdorbener Luft und der sonstigen Unreinlichkeit weiter zu belassen, ihm jedwede unbequeme Untersuchung oder Heilmaßnahme zu ersparen und überhaupt mit allen Verordnungen verschont zu bleiben, die eine Änderung in den bisherigen Lebensgewohnheiten verlangen, die zwar recht natur- und gesundheitswidrig sein sollen, aber an die man sich von Kindesbeinen an gewöhnt und die man dadurch liebgewonnen hat. Da sind die allopathischen Ärzte doch duldsamer und ihre Heilmethode viel bequemer und angenehmer, denn da läßt man alles schön beim alten, reformirt nicht in „aufdringlicher Weise" die

Lebensverhältnisse und Lebensgewohnheiten der Patienten und ihrer Umgebung, macht ihnen auch sonst keine Unbequemlichkeiten und verordnet nicht kalte Waschungen und Bäder, die oft große Mühewaltungen verursachen, sondern heilt „durch" leicht anzuwendende Maßnahmen, nämlich durch heilkräftige Medikamente in Form von süßen, angenehm schmeckenden Säftchen, die der kleine Patient sogar gern nimmt und die man nur einzulöffeln braucht.

Für die Behandlung des örtlichen (Hals-)Leidens genügt es, größere Patienten häufig (1/2—1 stündlich) gurgeln zu lassen und zwar entweder mit frischem Wasser oder mit Wasser, in welches man einige Scheibchen Zitrone gethan hat; kleineren Patienten flößt man etwas davon in der oben angegebenen Zeit ein, was oft genug in der Weise geschehen muß, daß man ihnen unversehends (auch während des Schlafes) in den gewöhnlich etwas geöffneten Mund ein wenig Wasser oder Zitronenwasser einflößt. Hierdurch werden die diphtheritischen Geschwüre nicht allein in erforderlicher Weise gereinigt und somit die weitere Verwesung der bereits abgestorbenen und abgestoßenen Gewebsfetzen und Gewebspartikelchen, ebenso wie die etwaige Aufnahme davon in den Säftestrom thunlichst hintangehalten, sondern auch zugleich eine heilsame Anregung der Lebensbethätigung der noch gesunden Gewebe gegeben.

Ungleich schwieriger ist es, wohlthätig und erfolgversprechend einzuwirken, wenn der diphtheritische Prozeß sich in den oberhalb des Gaumsegels belegenen Teil der Rachenhöhle (Schlund) ausbreitet, sodaß sich ein mißfarbiger, jauchiger Ausfluß aus der Nase einstellt; denn die in unserer Literatur für diesen Fall empfohlenen Einspritzungen in die Nase vermittelst Gummiballonspritze 2c. 2c. nehmen sich in der Theorie und auf dem Papier sehr gut aus, in der Praxis liegt die Sache jedoch wesentlich anders, denn bei einem kleinen Patienten eine Einspritzung in die Nase machen, ist leichter gesagt, als gethan. Überzeugungstreue, verständige und willenskräftige Eltern werden selbstverständlich von einer so weisen Heilmaßnahme Gebrauch machen, um diesen so schwer zugänglichen Krankheitsherd wohlthätig und erfolgversprechend zu beeinflussen. Um aber Propaganda bei unserer Sache noch Fernstehenden zu machen, eignet sich diese Heilmaßnahme nicht, besonders Eltern gegenüber, die durch überzärtliche Behandlung ihrer Kinder der Gesundheit derselben den denkbar schlechtesten Dienst erweisen. Bei größeren Patienten kann man freilich in erfolgreichster Weise Wasser in die Nase einschlürfen lassen, oder aber auch die Nasendouche anwenden. Wo keine der beiden vorgenannten Maßnahmen Anwendung finden konnte, weil für Einschlürfungen und Gurgelungen die Patienten zu klein und für die Einspritzungen die Eltern zu verzagt, kleinmütig oder auch zu unverständig waren, fand ich es angezeigt, die Nasenschleimhaut zeitweilig mit einem Federbarte kitzeln zu lassen, so daß heftiges Niesen eintrat, bei welcher Gelegenheit die oft verhaltenen Unratstoffe ausgeworfen und dadurch die verlegten Nasengänge wieder wegsam gemacht wurden.

Noch soll die Massage erwähnt werden, die zweifellos gute und selbst vortreffliche Dienste bei der Diphtheritiserkrankung des Halses zu leisten im Stande ist, sodaß es für uns absolut unverständlich ist, wenn im „Neuen Heilverfahren" von Bilz die Vornahme oder Nichtvornahme der Massage bei Diphtheritis von der Gutheißung der Sachverständigen abhängig gemacht und auch der Befürchtung Erwähnung gethan wird, daß durch die Massage der Krankheitsstoff leicht in den Säftestrom übergeführt werden könne. Man sei ganz unbesorgt betreffs dieser beiden Bedenken, denn das sind Bedenken, die lediglich am Schreibtisch ausgeheckt worden sind, und gerade solche Ideen sind es, unter deren Einflüssen unsere Sache nicht wenig zu leiden hat.

In milder Weise streiche man mit den Spitzen der beiden Zeigefinger, unter dem Ohrläppchen einsetzend, am unteren Rande des Unterkiefers entlang, sodaß die Zeigefingerspitzen endgiltig in der Mittellinie am unteren Rande des Kinns zusammentreffen. Alsdann setze man beide Daumen unter den Ohrläppchen ein und streiche in der hierbei fühlbar werdenden Furche (nur ja nicht glauben, daß irgendwelche Abweichung von der hier empfohlenen Norm irgendwelchen Nachteil bringen oder gar Schaden anrichten könnte!) langsam, mild und dabei doch etwas kräftig an dem leicht fühlbaren Muskelstrang (Kopfnicker) entlang bis herab zum Schlüsselbein. Gerade da, wo es sich um Stromhindernisse in der Blutbahn sowohl, wie in den Lymphgefäßen handelt, ist die Massage ein unvergleichliches Mittel, das durch keine anderweitigen Maßnahmen vollständig ersetzt werden kann. Dies bis zur Evidenz nachzuweisen, gelang mir erst in neuerer Zeit bei einem schweren Falle von Diphtheritis. Hier war eine Dame (Frau W., Bismarckstr. 2) in schwerster Form an Diphtheritis erkrankt (die im Übrigen höchst elegant eingerichtete Villa war in höchst uneleganter Weise mit Latrinenduft und infolge von Undichtigkeit der Gasrohrleitung auch mit Leuchtgas geschwängert!), und der diphtheritische Prozeß hatte tiefgehende und ausgedehnte Verheerungen am weichen Gaumen, den Mandeln und der Rachenschleimhaut angerichtet. Von dem Augenblicke an, wo energische Dampfbäder angewendet wurden (die soeben erst eingerichtete Universalbadeeinrichtung kam hierbei sehr zu statten), trat sofort eine Wendung zum Besseren ein, die in augenfälligster Weise sich noch günstiger gestaltete, als noch außerdem Massage angewendet wurde. Jedesmal aber zeigte sich gegen das Ende der zwischen den vorerwähnten Heilmaßnahmen liegenden Pause eine ganz augenfällige Verschlimmerung der örtlichen Affektion, indem die bereits vorhandenen, geschwürigen Stellen, wenn bereits sich gereinigt habend (d. h. einen roten, von Auflagerungen und Belagen aller Art gereinigten Grund zeigten), sich wieder mit mißfarbigen Auflagerungen, oder vielmehr brandig zerfallenen, abgestoßenen Gewebselementen bedeckten und selbst neue Trübungen des epithelialen Überzugs der Schleimhäute auftraten, die sofort wieder eine Wendung zum Besseren zeigten, oder aber ganz verschwanden, sobald Dampfbad und Massage ihre Wirkungen geltend machten. Ja, an einem Tage, wo die

erwähnten Maßnahmen nicht in der bisherigen ausgiebigen Weise waren angewendet worden, trat das Leiden wieder mit der ihm eigenen Heimtücke hervor und mit einer Heftigkeit und in einer Ausbreitung, daß ich mich einiger Besorgnis nicht zu erwehren vermochte. Es wurde in diesem Falle außer der gewöhnlichen Zeit (nämlich am Abende) sofort ein Dampfbad, unterstützt durch örtliche Massage, angeordnet. Die Wirkung war souverän. Alsbald waren alle geschwürigen Stellen wie mit einem Schlage von ihrem mißfarbigen Belage gereinigt, bis auf eine streifenförmige, überaus hartnäckige Stelle und die Ausheilung der durch ziemlich tiefe Substanzverluste gekennzeichneten Stellen der diphtheritischen Erkrankung schritt nunmehr ohne weitere Unterbrechung vorwärts. — —

Die Diät anlangend, so ist dieselbe mit zwei Worten charakterisiert: dieselbe sei mild und dabei nährend. Hafergrütze, Milch, frisches Obst in jeder Form, gekochtes Backobst und die meinerseits hochgepriesene Buttermilch, mit ihren universellen wohlthätigen Wirkungen, sind nicht nur vollständig ausreichend im vorliegenden Falle, sondern auch außerordentlich zuträglich, da sie den bei jedweder diphtheritischen Erkrankung gegebenen schnellen, mehr oder weniger hochgradigen Verfall der Kräfte wirksam hintanhält und zugleich die „Säfte" des Körpers im Sinne der naturgemäßen, arzneilosen Heilweise reinigt, verbessert und in gesundheitsdienlicher Weise neu aufbaut.

Da die katarrhalische und kroupöse Rachenentzündung, die Diphteritis des Rachens, die Aphthen und die Schwämmchen insgesamt mehrere gemeinschaftliche Krankheitserscheinungen aufweisen und deshalb besonders für den weniger Erfahrenen sehr leicht zu einer irrtümlichen Ansicht verleiten können, so empfiehlt es sich, die Haupterkennungsmerkmale dieser Krankheiten nebeneinander aufzuführen, um dieselben leichter von einander unterscheiden zu können, da diese bei den genannten Krankheiten sowohl betreffs der Vorhersage, wie auch betreffs der Behandlung von hoher Bedeutung sind.

1.	2.	3.	4.	5.
Katarrhalische Entzündung des Rachens. Weißgelbliche, punktförmige Erhabenheiten auf den Mandeln (die die Mündungen d. Drüsenfollikel erfüllenden eitrigen o. käsigen Pfröpfe), die, wenn sie dicht nebeneinander	**Kroupöse Rachenentzündung (Kroup).** Die weiße oder gelbliche Auflagerung (Ausschwitzung eines faserstoffreichen Gerinnsels) sitzt fest auf d. Schleimhautoberfläche u. läßt sich nur schwer entfernen. Es bilden	**Diphtheritische Entzündung des Rachens (Diphtheritis).** Das graunweiße Exsudat (Ausschwitzung) sitzt nicht auf, sondern unter der Schleimhaut und läßt sich nur sehr schwer entfernen. Die Heilung erfolgt fast immer mit	**Schwämmchen Aphthen** (s. d. Artikel). Die Aphthen sitzen hauptsächlich an den Rändern und an der untern Fläche der Zungenspitze, wo der Kroup nie vorkommt.	**Soor** (s. d. A.). Die Soorpilze (Schwämmchen) sind ebenfalls weiß, lassen sich aber leicht mit einem Tuche wegwischen. Dagegen ist ihr Sitz auch da, wo die bösartigen Affektionen aufzutreten pflegen.

auftreten, leicht mit diphtheritischem Belag verwechselt werden können. Dieselben lassen sich leicht ausdrücken u. wegwischen.	sich bei der Ausheilung keine Substanzverluste, mithin auch keine Narben.	Substanzverlust und infolgedessen mit Narbenbildung.

Disposition, s. Neigung zu Erkrankungen.

Douchen. Die Douchen (Brausen), sind eine Art Sturzbäder, bei welchen das Wasser entweder in der Form eines Strahles von verschiedener Stärke (Strahldouche) oder in tropfenförmiger Gestalt angewendet wird (Regendouche). Man läßt dieselben entweder auf den ganzen Körper oder nur auf einzelne Teile desselben einwirken, wobei besonders die Temperatur des Wassers, die mechanische Gewalt, mit der es auftrifft, der Durchmesser des Strahles und die Dauer seiner Anwendung in Betracht kommen. Wo man nicht die mechanische Gewalt einer Wasserleitung zur Verfügung hat, sondern die Wirkung des Strahles durch die Fallhöhe derselben erzeugt wird, läßt man denselben gewöhnlich aus einer Höhe von 10 Fuß und mehr — und zwar in einer Stärke von 4—8, ja selbst 20 cm herabfallen. Derartige Sturzbäder können überall leicht angewendet werden, wo man laufendes Wasser und Fallhöhe genug hat. In Ermangelung derselben kann man auch eine kleine Feuerspitze anwenden oder das Wasser zunächst durch eine Pumpe zu einer gehörigen Höhe heben und in einem geeigneten Behälter sammeln. Bäder dieser Art gehören zu den eingreifendsten Mitteln des Wasserheilverfahrens, um jahrelang im Körper festsitzende Stoffe aufzuregen und mobil zu machen, und auf diese Weise wieder in den allgemeinen Säftestrom zu bringen, aus welchen sie durch die betreffenden Organe (Lunge, Darmkanal, Haut, Nieren und Drüsen, z. B. Speicheldrüsen) ausgeschieden werden können. Auf diese Weise können Ausschwitzungen aller Art (Exsudate) wie z. B. Gichtknoten, Drüsenanschwellungen u. s. w. u. s. w. beseitigt werden. Wie bei allen kalten Bädern muß man sich auch bei Anwendung der Douche zur besonderen Regel machen: nie ganz abgekühlt, noch mit erhitzter Lunge der Einwirkung des kalten Strahles sich auszusetzen; man bewege sich zuvor ein wenig, ziehe sich dann rasch aus und begebe sich sofort unter den Strahl. Diesen fängt man zuerst mit den über dem Kopf zusammengehaltenen Händen auf und läßt ihn aldann über den Rücken, die Arme und Beine und Füße strömen, indem man es sorgfältig vermeidet, ihn in senkrechter Richtung auf Kopf, Brust und Magen fallen zu lassen, welche Teile den starken Schlag des Wassers nicht ertragen. Die Dauer hat, je nachdem es der einzelne Fall erfordert, zwischen zwei Minuten und einer halben Stunde, ja, noch darüber, zu wechseln. Die Temperatur und äußere Atmosphäre kommt bei Strahldouchen wenig in Betracht.

Zweckmäßig ist es, vor und nach dem Gebrauch der Douche ein Glas kaltes Wasser zu trinken, um die ungleichmäßige Abkühlung auszugleichen und die nachfolgende Gegenwirkung des Körpers (Reaktion) zu befördern. Nach der Anwendung der Douche wird der ganze Körper, besonders aber die leidenden Teile tüchtig abgerieben; alsdann zieht man sich rasch an und macht sich kräftige Bewegung in freier Luft bis zur Erwärmung. Kranke müssen die Douche immer mit Vorsicht gebrauchen und ist sie auf jeden Fall bei großer Aufregung auszusetzen. Brustkranke dürfen sich derselben nie bedienen. Vergleiche Regenbäder.

Drüsengeschwülste. Dieselben sind in der Regel die Folgen skrophulöser Veranlagung und erfordern die bei der Skrophelkrankheit (siehe den Artikel) angegebene Behandlung.

Entzündete Drüsen sind mit erwärmten Umschlägen zu belegen und hat der Kranke zu gleicher Zeit in nassen Tüchern zu schwitzen. Vergleiche auch Bubonen, Krebs, Kropf, Syphilis. Über Verhärtung und Eiterungen der Drüsen vergleiche auch Schwindsucht.

Dünndarmentzündung, s. Durchfall.

Durchfall. Derselbe besteht aus einer krankhaft vermehrten Darmausleerung und kann durch die verschiedenartigsten Ursachen herbeigeführt werden.

Wesen und Entstehungsursachen: Der Durchfall besteht, wie bereits erwähnt, in wesentlich vermehrten, mehr oder weniger dünnflüssigen Stuhlentleerungen. Magen- und Darmkatarrh oder sonstige krankhafte Veränderungen der Darmschleimhaut, Störungen in der Pfortader, gewisse Speisen, in Gährung befindliche oder in Verderben übergehende Nahrung, junges Bier, schlechtes Trinkwasser, Anhäufung von verhärteten Kotmassen, reichlicher Kochsalzgenuß bilden die Entstehungsursachen. Aber auch psychische (seelische) Anlässe, geistige Aufregung und heftige Gemütsbewegung, insbesondere Schreck und Furcht, wie z. B. bei Choleraepidemien so oft beobachtet wird, können die krankmachenden Ursachen bilden. Dünnflüssige Entleerungen mit harten, kleineren oder größeren Kotbrocken sind ein Zeichen, daß der Durchfall in Kotanhäufungen im Darmrohre seinen Grund hat, die sich bilden können, trotzdem, daß der Stuhlgang täglich mehr oder weniger regelmäßig von statten ging. Reichlich wässerige Entleerungen kommen meist nach Erkältungen, Durchnässungen, bei Stauungen in der Pfortader und bei katarrhalischen Entzündungen der Darmschleimhaut vor. In diesem Falle sind den Ausleerungen gewöhnlich Schleimmassen beigemischt; blutiger Stuhlgang (hellrot) zeigt sich bei Mastdarmblutungen; theerartiger und schwarzgefärbter bei Magen- und Dünndarmblutungen; rotbraun, schokoladenfarbig bei Typhus- und Darmtuberkulose; mit Blut und Eiter vermischte Ausleerungen bei der Ruhr (roter Ruhr); gallertartige Schleimmassen werden bei Dickdarmkatarrh, sagoartige bei kleineren Geschwüren des Dickdarms entleert. Geringe Eiterbeimengungen bei chronischer Ruhr und bei Durchbruch von Eiterherden in den Darm. Gallige Stühle von grüngelber Farbe kommen

vor, wenn nach längerer Verhaltung des Gallenabflusses (Gelbsucht) die Galle wieder unbehindert in den Darmkanal einfließen kann; oder aber das Darmrohr in geschwächtem Zustande ist, so daß die Galle nicht genügend aufgesaugt wird; endlich auch bei vermehrter Darmbewegung. Dunkelgrüne Stühle kommen jedoch auch vor, wenn die Kranken mit entsprechenden Arzneimitteln (Eisenpräparaten) beglückt, oder mit Quecksilber (Kalomel, versüßtes Quecksilber) als Abführmittel traktiert worden sind. Eiweiß in den Ausleerungen kommt vor bei Typhus und (charakteristisch) bei der Ruhr; Fettbeimischungen, die in flüssiger oder halbflüssiger Form, auf der Oberfläche der Ausleerungen schwimmen, oder denselben als erbsengroße Kügelchen beigemischt sind, finden sich bei hochgradigen Leiden der Leber und der Bauchspeicheldrüse. Dem Reiswasser ähnliche Ausleerungen treten bekanntlich bei der Cholera auf.

Behandlung. Habituelle, chronische Durchfälle, die auch häufig mit Verstopfung abwechseln, erfordern eine durchgreifende Kur. Besonders wirksam erweisen sich hierbei Klystiere von abgeschrecktem Wasser (siehe den Artikel), deren täglich 2—3 und mehr anzuwenden sind, sobald eine allgemeine Schwäche der Gedärme anzunehmen ist. Ferner kommt hierbei häufiges Schwitzen, lange und häufige Sitzbäder, Umschläge (Leibumschläge), reichliches Trinken von kaltem Wasser und Körperbewegung, die jedoch nicht zu anstrengend sein darf, in Betracht und erfordern eine lange Zeit fortgesetzte Anwendung, denn nur die unausgesetzte Anwendung des kühlen oder selbst kalten Wassers und die dabei beobachtete strenge Diät machen eine Stärkung der geschwächten Teile möglich. Gar oft tritt der Durchfall bei Wasserkuren als kritische (eine Wendung zur Besserung herbeiführende) Entscheidung anderer Krankheiten, insbesondere bei Leberkrankheiten, auf, ein Prozeß, welcher durchaus nicht gestört werden darf, sondern durch fleißiges Wassertrinken und erwärmende Umschläge erleichtert und befördert werden muß. Sind dieselben von allzulanger Dauer, so muß der Kranke schwitzen, Klystiere und Sitzbäder nehmen, eine recht einfache, aus schleimigem Stoffen bestehende Diät einhalten, sich ruhig verhalten und nicht viel trinken.

Bei vorhandenen bedeutenden Schmerzen und Mattigkeit ist der Kranke in nasse Leintücher zu hüllen, die oft zu wechseln sind, wobei aber Magen und Unterleib bedeckt sein müssen.

Wenn reizende Arzneimittel und anderweitiger Unrat, oder unreifes Obst, saure und andere den Darmkanal reizende Dinge, oder auch Erkältungen, den Durchfall veranlaßt haben, so sind neben fleißigem Wassertrinken schleimige Klystiere (Haferschleim) anzuwenden.

Der, wie schon erwähnt, während der Kur nicht selten vorkommende Durchfall bedeutet immer ein Heilbestreben der Natur, und braucht selbst bei langer Dauer in den meisten Fällen gar kein anderes Mittel, als daß man durch fleißiges Wassertrinken die Ausscheidung des Krankheitsstoffes aus dem Körper unterstützt.

Die so häufigen Durchfälle der Kinder sind leicht durch einige Mal

wiederholtes Schwitzen und Anlegen eines Leibumschlages zu heben; zugleich ist die Diät zu regeln.

Während des Durchfalls hat man sich aller säuerlichen Speisen und Getränke, des Bieres, aller gesalzenen und reizenden Nahrung, auf jeden Fall aller fetten und schwerverdaulichen Nahrungsmittel, und in einzelnen Fällen selbst des Obstes, des grünen Gemüses und der Milch zu enthalten. Die Nahrungsmittel müssen einfach und dabei nahrhaft sein, und möglichst abgekühlt genossen werden.

Durchliegen (Aufliegen). Das Wundliegen des Patienten infolge langer Krankheit ist am sichersten durch kaltes Wasser zu heben, wobei jedoch die Federbetten mit Matratzen zu vertauschen sind und den Kranken ein gepolsterter, lederner Kranz unterzuschieben ist. Die wunden Stellen werden mit frischem Wasser abgewaschen und die Matratze oder der Kranz mit angefeuchteten, oft zu wechselnden und mehrfach zusammen gelegten Leinentüchern belegt.

Durchkneten, s. Knetungen.

Dysenterie, s. Ruhr.

Dyskrasie, s. Zersetzung.

Dysmenorrhoe, s. Menstruation.

Dyspepsie, s. Magenkatarrh.

Dyspnoe, s. Engathmigkeit.

Eicheltripper ist ein in den meisten Fällen leichter Krankheitszustand der die Eichel und die innere Fläche der Vorhaut überkleidenden Schleimhaut und besteht insonderheit in einer vermehrten Schleimabsonderung der am hinteren Rande (an der Furche oder Eichelkrone) gelegenen Littrow'schen Drüsen, wobei die Eichel und die Vorhaut entzündet und angeschwollen sind. Derselbe ist gewöhnlich eine Folge von Unreinigkeit oder des Beischlafes mit unreinlichen oder nicht gesunden Frauenzimmern. In der Regel reicht öfteres Waschen des Gliedes, der Hoden, des Unterleibes und des Mittelfleisches zur Heilung hin. Bei vorhandenen stärkeren Anschwellungen der Eichel oder der Vorhaut, infolgedessen die Vorhaut nicht über die Eichel zurückgezogen werden kann (Phimose), oder wenn das wirklich gelang, sich in der hinter der Eichel gelegenen Furche festlegt und letztere zusammenschnürt (spanischer Kragen genannt), sind warme Ueberschläge über das Glied oder lauwarme Bäder desselben angezeigt. In den Fällen, wo die Vorhaut über die Eichel nicht gut zurückgezogen werden kann, um die betreffenden Teile in der erforderlichen Weise zu baden und zu reinigen, ist es notwendig, behufs Reinigung Einspritzungen zwischen Vorhaut und Eichel zu machen, wozu (für einige Spritzen) zuvörderst lauwarmes Wasser, alsdann abgeschrecktes Wasser zu nehmen ist. Mehr hartnäckige Fälle erfordern die beim Tripper (siehe den Artikel) vorgeschriebene Behandlung.

Eierstockentzündung. Entzündliche Zustände der Eierstöcke entwickeln sich am häufigsten gelegentlich der Menstruation (Regel, Periode), also zur Zeit, in welcher die Reifung eines oder mehrerer Eichen stattgefunden

hat. Es treten alsdann kolikartige Schmerzen, und zwar mehr an beiden Seiten des Unterleibes auf, und werden dieselben durch einen auf sie ausgeübten Druck wesentlich vermehrt. Mit Durchbruch der Menstruation verschwinden jene Schmerzen sehr oft, und dies Leiden ist dadurch gehoben, oder sie kehren bei der nächsten Menstruation wieder, und bestehen auch während derselben. Eine reichliche und in jeder Beziehung unbehinderte Ausscheidung des monatlichen Blutabganges einerseits und anderseits eine regelrechte Verteilung des Blutes beheben das Leiden von Grund aus, und verhindern in der Mehrzahl der Fälle, daß es zu größeren Eierstocksgeschwülsten kommt.

Die Behandlung besteht örtlich in feuchter Wärme, (Leibumschlag), unter Umständen unter Anwendung von Bähungen, durch Wasserdämpfe, indem die Patientin nur mit einem Unterrock bekleidet, sich auf einen Eimer mit dampfendem Wasser setzt, daß diese Wasserdämpfe, auf die Geburtsteile und Unterleibsgegend einwirken können. Anderseits ist das ableitende Verfahren in Form von Fuß- oder Wadenpackungen anzuwerden, für eine streng enthaltsame und kühlende Diät und Leibesöffnung zu sorgen. Kalte Umschläge sind nur in denjenigen Fällen zu empfehlen, wo sie der Patientin gut thun. Eisüberschläge sind auf jeden Fall verwerflich, weil sich durch deren heftige Einwirkung die für den Austritt des monatlichen Blutabganges bestimmte Kanäle nur noch mehr verengern, als es schon der Fall ist, und hierdurch unpassierbar werden, wodurch chronische Geschwülste, bestehend in entzündlichen Ausschwitzungen aller Art erzeugt und mehr oder weniger schwer heilbar oder gar unheilbar gemacht werden.

Eierstockwassersucht. Dieselbe tritt gewöhnlich in vorgerückten Lebensjahren ein, und besteht meist nur darin, daß sich eine mehr oder weniger blasenartige Geschwulst, die mit einer wässerigen oder blutigwässerigen Flüssigkeit gefüllt ist, in einem der Eierstöcke bildet. Die Geschwulst, die im Unterleibe allmählich höher hinaufsteigt, dehnt denselben bedeutend aus, und giebt der Kranken das Aussehen einer Schwangeren. Entsprechend den Begleiterscheinungen der Schwangerschaft sind auch die Beschwerden beim vorliegenden Leiden, z. B. erschwerte Stuhl- und Harnentleerungen, Schmerz im Unterleibe, bedingt durch den Druck auf die hinter der Geschwulst gelegenen Nerven, Ameisenlaufen und Taubheitsgefühl in den Beinen der betreffenden Seite; ferner Atemnot und durch den auf den Magen ausgeübten Druck schlechte Verdauung und Erbrechen.

Behandlung, siehe Wassersucht.

Eingeweidewürmer, s. Wurmkrankheit.

Einklemmung, s. Brüche.

Einpackung, s. Einwickelung.

Einschlürfungen in die Nase (Nasenbäder), macht man in der Weise, daß man Wasser aus der hohlen Hand oder aus irgend einem flachen Gefäße (Tasse) langsam in die Nase einschlürft, um mit der Flüssigkeit die Schleimhäute der Nasenhöhle zu benetzen und auszuspülen. Macht

man diese Einschlürfungen allzuheftig, so tritt nicht selten etwas Stirnkopfschmerz ein. Deshalb empfiehlt es sich unter gewöhnlichen Umständen, das Wasser allmählich in einem Zuge und nicht ruckweise, also nicht nach Art des sogenannten Wasserschnupfens einzuziehen. Es hat nichts zu sagen, wenn dasselbe nicht blos in die Nase, sondern durch dieselbe bis in den Mund (Schlund) eingeschlürft wird, in welchem Falle man es alsdann wegspuckt. Derartige Einschlürfungen wendet man an bei chronischem Stockschnupfen und überhaupt bei veraltetem Schnupfen, bei Verstopfungen der Nase, bei eiterigen oder übelriechenden Ausflüssen (Stinknasen) u. s. w. In den Fällen, wo es sich darum handelt, den durch eingetrockneten Schleim und dergleichen mehr verlegten Atmungsweg der Nase freizumachen, wendet man laues Wasser an; in anderen Fällen, wo es darauf ankommt, beispielsweise einen chronischen Schnupfen in einen fließenden zu verwandeln, oder überhaupt einen Schnupfen künstlich zu erzeugen (künstliche Katarrhalisation), und ebenso in allen den Fällen (insonderheit bei Kindern), wo es darauf ankommt, die Schleimhaut abzuhärten, kühles oder abgeschrecktes Wasser, also solches, welches einige Stunden bereits in der Stube gestanden hat (15—20° R.).

Einspritzungen. Dieselben werden außer den Klystieren (siehe den Artikel), auch in andere Höhlen des Körpers gemacht, wie z. B. in die Ohren, die Nase, den Schlund, den Rachen, die Geschlechtsteile, sowie in Stichwunden und in höhlen- oder röhrenförmige Geschwüre (Fisteln). Man bedient sich hierzu eigens eingerichteter kleiner Spritzen, deren Anwendung immerhin einige Vorsicht und Sachkenntnis erfordert. Bei Nasenblutungen, bei Ohrenausflüssen, bei Tripper, weißem Fluß und anderweitigen Schleimflüssen sind sie von ausgezeichnetem Nutzen.

Einwickelungen, s. Anwendungsformen des Wassers.

Eißen, s. Schwären.

Eiterbrust, s. Brustfellentzündung.

Eiterfieber (Pyämie). Diese Form des Fiebers tritt auf, wenn von irgend welchem Eiterherde her Eiter oder aber faulige Stoffe in den Blutstrom gelangen, und dadurch Veranlassung zu den heftigsten Fiebererscheinungen und den höchsten Fiebergraden geben. Der Schüttelfrost heftigster Art fehlt dabei nie, und er zeigt uns an, daß die oben erwähnten Substanzen in das Blut gelangt sind, ohne daß vielleicht bis dahin der Eiter- oder Jaucheherd selbst nachgewiesen werden konnte. Neben dem überaus heftigen Fieber besteht starker Durst; die Haut ist heiß und meist trocken, die Zunge trocken und rissig und bei großer Mattigkeit und Abgeschlagenheit verfallen die Kräfte überaus schnell, und es gesellen sich Ohnmachten und vor allen Dingen Schlafsucht und Delirien (Irrereden) hinzu.

Behandlung, siehe Kindbettfieber.

Eiterflechte. Besonders auf skrophulösem Boden zeigen sich nicht selten linsen- bis erbsengroße Pusteln (Pustel = Blase oder Bläschen mit eiterigem Inhalt), welche weiterhin eintrocknen und einen gelblichgrünen Schorf

hinterlassen. In der Umgebung bilden sich neue Nachschübe und dem entsprechend neue Auflagerungen von trocknen Borken (nässender Grind).

Eine anderweitige Form zeigt sich in Pusteln von größerem Umfange (von der Größe eines Pfennigs). Derartige Eiterblasen treten bei allgemeiner Ernährungsstörung und überhaupt bei einem heruntergekommenen Ernährungszustande vereinzelt auf der Haut auf. Dieselben sind von halbkugeliger Form und von einem roten Hof umgeben. Weiterhin trocknen sie zur dicken braunen Kruste ein, nach deren Abfall eine bläulichrote Hautnarbe zurückbleibt.

Behandlung. In beiden Fällen ist in erster Linie durch eine angemessene (reizlose) Diät der Ernährungszustand und die Säftemischung zu verbessern. Die Thätigkeit der Haut durch milde Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens zu beleben, z. B. durch lauwarme Abwaschungen, laue Bäder (24—27°) nachträgliches Bespritzen, Übergießen oder Einwirkung durch die Brause mit abgeschrecktem Wasser.

Ekel, s. Erbrechen.

Eklampsie (Gichtern, Gefräß).

Wesen und Entstehung. Die Eklampsie besteht in Muskelzuckungen und Krämpfen mit gänzlichem oder teilweisem Verlust des Bewußtseins. Bei Kindern entweder vom Gehirn oder Rückenmark ausgehend oder infolge Reizung von Empfindungsnerven entstehend (Reflexkrämpfe). Häufig in der Säuglingsperiode, veranlaßt durch Magenüberladungen, unpassende Nahrung (säuerliche Milch), Darmkatarrh, Wurmreiz, Reiz der Haut durch Kälte, Zahnreiz während der Zahnperiode. Auch nach Genuß der Muttermilch, wenn bei der Mutter Ärger und andere Gemütsaufregungen vorausgegangen.

Verlauf. Dauer einige Minuten bis zu $^1/_2$ Stunde. Vorboten: Unruhe, Schlaflosigkeit, leichte Zuckungen, Verdrehen der Augen. Mit Schlaf, warmem Schweiß oder auch Erbrechen, Durchfall und Lippenausschlag tritt Genesung ein. Je jünger das Kind, desto gefährlicher der Anfall.

Behandlung. Entfernung der die Athmung behindernden Kleidung. Ist Stuhlverstopfung oder Magenüberladung vorhanden: kühle Klystiere. Bei Blutüberfüllung des Gehirns (Kopf heiß, Gesicht gerötet, Augen glänzend, starkes Pulsieren an den Schläfen, Gliedmaßen kalt oder mit kaltem Schweiß bedeckt) Kaltwasserumschläge um den Kopf, bei Blutleere desselben (Kopf kühl, Gesicht blaß und zusammen gefallen, Augen blau umrändert), kaltes Bad mit kühlen Übergießungen von Kopf und Rücken, nachherige warme Einhüllung, unterstützt durch Wärmflaschen oder Wärmsteine. Diät. Bei vollsaftigen Kindern entziehend, bei schwachen gut nährend. Oft ist es notwendig die Kinder zu entwöhnen oder überhaupt die Nahrung zu wechseln. Außerdem fleißiges Austragen in die frische Luft, Verbot von Süßigkeiten, kalte Waschungen, Sorge für regelmäßigen Stuhlgang durch Klystiere, Beseitigung etwa vorhandenen Wurmreizes.

Bei Schwangern und Gebärenden gelten als Ursache: Die Wehen, Druck des Kindskopfes auf das Kreuz, operative Eingriffe, starke Blutungen, Ärger, Erkältungen. Bei medikamentöser Behandlung stirbt 1/3 der Mütter während des Anfalls, ein zweites geht im Wochenbett zugrunde und von den Kindern kommt kaum das dritte lebend zur Welt.

Behandlung: siehe Wassersucht.

Ekliptische Zustände, s. unter Ohnmacht, Scheintod, Schlafsucht.

Elektrizität. Auch dieser Stoff oder vielmehr dieser ganz eigenartige Bewegungs- und Bethätigungszustand bildet ein mächtiges Heilmittel der arzneilosen Heilkunde, wie er ja auch zugleich eines der das Leben und die Gesundheit des Organismus erhaltenden Element bildet. Alle Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens wirken ja nicht allein durch ihren (thermischen) Wärmeeinfluß, sondern durch ihre thermoelektrische Natur, da in Stoffen aller Art, sobald ihre Temperatur eine Änderung erleidet, elektrische Ströme erzeugt werden. Wie die Luft nicht blos ein mächtiges Agens (Wirkungsmittel) bei der Erzeugung und Erhaltung der Gesundheit bildet, indem sie deshalb ein nicht minder mächtiges Mittel zur Wiederherstellung der Gesundheit ist, so ist das auch mit allen übrigen mächtigen Stoffen und Agenzien der Fall. Von diesen mächtigen Agenzien ist die Elektrizität nicht allein die mächtigste, wunderbarste Bethätigungsweise der alle Stoffe und lebende Wesen in der Natur durchflutenden Kraft, sondern sie ist auch eine allgegenwärtige Bethätigungsform derselben. Sie geht aus unzähligen und zwar aus den verschiedenartigsten Quellen hervor und sie bedarf auch ebenso wie die Wärme gebahnter Wege (wie z. B. die Nahrung), um in den menschlichen Organismus einzudringen und daselbst sowohl die intimsten, innersten wirthschaftlichen Prozesse der tierischen Ökonomie, wie auch die funktionellen Thätigkeitsäußerungen (grobe und feine, Muskel- wie Nerventhätigkeit) der verschiedenen Organe (Gehirn, Herz, Lunge, Leber, Magen, Nieren) und Systeme (Blutgefäß-, Muskel- und Nervensystem) zu beeinflussen. Die Elektrizität ist das mächtigste und oberste, Leben und Gesundheit erzeugende und erhaltende Prinzip, sie ist eine besondere Offenbarungsform der allgegenwärtigen das All durchflutenden Kraft, also jenes universellen Bewegungszustandes, wie er sowohl jene gewaltige Assoziation der Materie, wie sie uns in dem Planetensysteme und in den Feuerbällen des Firmaments entgegentreten, als auch jedes Atom unseres Körpers durchzittert. Immer ist dieses allgegenwärtige Medium Kommunikationsmittel zwischen den verschiedensten entlegensten anatomischen Bestandteilen und Gliederungen des Weltorganismus, wie auch das Mittel zur Mitteilung und Verständigung (in den Nervenbahnen) für alle Teile und Teilchen unseres Körpers vom Scheitel bis zur Sohle.

Vom Gehirn strömen ohne Unterlaß durch die zahlreichen elektrischen Nervenkabel nach der Lunge, nach dem Magen, nach dem Herzen, nach allen Eingeweiden und Muskeln, kurz nach allen Bezirken und Liegenschaften des verbrüderten Baues, wie ihn der menschliche Organismus darstellt, energievolle, elektrische und galvanische Ströme. Diese Ströme

sind es, welche sowohl den Verkehr mit der uns umgebenden Außenwelt vermitteln und unterhalten, und in Gestalt von Empfindungen die zahlreichen und verschiedenartigsten Eindrücke seitens der Außenwelt unserem Gehirn zum Bewußtsein bringen, als auch dem Gehirn die Macht verleihen, die verschiedenartigsten Verrichtungen und Bethätigungsweisen (Funktionen) aller unserer Körperorgane zu überwachen, zu lenken und zu leiten. Ohne regelrechte Bethätigung dieser elektrischen Kabel (Nerven) giebt es keine Gesundheit, ohne die wiederherstellende, regulierende Thätigkeit derselben keine Wiedererlangung der Gesundheit (Genesung), ohne ihre Thätigkeit überhaupt kein Leben.

Sämtliche Systeme unseres Körpers, z. B. das Knochen-, Muskel- und Nervensystem, kurz, alle die organischen Systeme (Werkzeuge, Vorrichtungen und Veranstaltungen), welche die menschliche Persönlichkeit ausmachen, werden durch die anziehenden und abstoßenden Kräfte und Folgewirkungen der Elektrizität wieder und immer wieder erneuert und aufgebaut und durch die elektrischen Vorgänge und Anziehungen (Attraktion) neue Stoffe angezogen, festgehalten und verähnlicht (assimiliert), und sobald sie ihre Mission erfüllt haben, wieder aus dem Körper ausgeschieden. Es ist die Elektrizität, welche die kleinsten, unsern Körper zusammensetzenden Stoffteilchen (Moleküle) mit bestimmten Tendenzen oder Neigungen erfüllen und ihn dadurch zu bestimmten Gebilden und Produkten dem Haushalt unseres Körpers gewisse Hinneigung und Wahlverwandtschaft verleiht. Hierdurch allein wird die merkwürdige Genauigkeit erklärlich, mit welcher das eine Stoffteilchen sich zu anderen ihm angemessenen findet und gesellt. Die Hinneigung (Sympathie) der einzelnen Stoffteilchen zu besonderen Substanzen wird also den kleinsten Teilchen durch die Elektrizität verliehen, indem diese sie mit der Kraft begabt, alle diejenigen Stoffteilchen (der von uns aufgenommenen Nahrung) aufzusuchen, auszuwählen und sich anzueignen, welche geborene Verwandtschaft zu ihm haben. Hieraus erklären sich die wunderbaren Hinneigungen des uns angeborenen Naturtriebes (Instinkts) zu bestimmten Speisen und Getränken. Elektrizität ist es auch, welche in den Muskeln, also in allen jenen, der Zusammenziehung (der Verkürzung) und der Erschlaffung (Kontraktion und Expression) fähigen Gewebe, die unmittelbare Ursache dieser wunderbaren Vorgänge der Zusammenziehung und der Ausdehnung oder Erschlaffung der Muskelsubstanz bildet.

Nun lehrt uns die Erfahrung, daß wir nach und nach mehr oder weniger Gewalt über unsere von Haus aus souveränen Nerven, also erhöhte Willenskraft und Willensmacht zu erlangen vermögen.

Hieraus wird ersichtlich, daß wir um so zahlreichere Störungen in den Verrichtungen unserer Körperorgane und in dem gesunden, harmonischen Zustande aller Systeme unseres Körpers auszugleichen und noch zahlreichere Krankheiten zu verhüten imstande sein werden, je größeren Anteil wir durch vermehrte Willenskraft, durch erhöhte Willensmacht in der Beherrschung und Regelung der Systeme unseres Körpers erlangt haben.

In willensschwachen Menschen sind die Nerven souverän, und es werden die verschiedensten Organe aus der obersten galvanischen Betriebsleitung (Gehirn und Rückenmark) despotisch beherrscht. Es ist ein erhebender Gedanke, daß sich der Mensch mehr und mehr aus der Sklaverei der despotischen Nerven befreit und über einen großen Teil der Systeme seines Körpers durch die Kunst und Macht seines Willens die Selbstherrschaft erlangt hat, sodaß, wenn beispielsweise die Gewebe und Organe durch Anstrengung ermüdet, den Gehorsam aufkündigen, die Willenskraft ein neues, letztes Aufgebot von arbeitenden Kräfte alarmirt, um den außergewöhnlich hohen, an den Organismus gestellten Anforderungen gerecht zu werden.

In demselben Maße nun, in welchem wir mit unserer fortschreitenden Organisation unsere Macht, also die Macht des Willens üben, mithin die an sich souveräne elektrische Kraft der Nerven uns botmäßig und unterthänig machen, gewinnen wir auch an gesundheiterhaltenden, folglich Krankheit verhütenden, kurz, an lenkenden und leitenden, an beherrschenden und harmonisierenden Einflüssen gegenüber den verschiedenen Nervenbezirken, gegenüber den Muskeln und überhaupt gegenüber allen Organen. Schon in der kurzen Spanne eines menschlichen Lebens gewinnt beispielsweise ein Klavierspieler erst nach und nach Willensherrschaft und Gewalt über einzelne Nervenfäden, die in einer gemeinschaftlichen Umhüllung (Nervenscheide) verlaufend, das Gehirn mit einer Gruppe von Muskeln in Verbindung setzen, die gewöhnt sind, sich nicht allein und individuell, sondern kameradschaftlich (z. B. den vierten und fünften Finger) zu beteiligen. Erst nach und nach werden die verschiedenartigsten Kunstfertigkeiten erlernt, also eine ausgedehnte (virtuose) Willensmacht über unsere Nerven und Muskeln erworben, und zwar durch unzählige Anstrengungen, durch unablässige Übung und durch kräftige Bethätigung der Energieen jener Gehirnbezirke, welche den betreffenden Abteilungen unseres Körpers vorstehen. Wenn nun auch tausendfältige Übung erforderlich ist, um über ein kleinstes Muskelfäserchen Gewalt zu bekommen und durch die gewollte willkürliche und isolierte Bethätigung dieser kleinsten Faser eine Thätigkeitsäußerung, ein bestimmtes Gepräge zu geben, so wächst doch unsere Gewalt über unsere von Haus aus souveränen Nerven mehr und mehr und da diese nach und nach mühselig errungene Machtvollkommenheit unseres Hirns über die verschiedenen Systeme unseres Körpers fortlebt, von Generation zu Generation vermehrt werden kann, so vermögen wir wenigstens zu ahnen, welches mächtige Mittel zur Verhütung von Störungen des harmonischen Gleichgewichts (Gesundheit) und zur Wiederherstellung der gestörten Harmonie (Wiedergenesung) die über die elektrischen Vorgänge in unserem Körper erlangte Macht werden wird.

Was die äußeren Anwendungsformen der Elektrizität betrifft, so besteht dieselbe in der Einwirkung des unterbrochenen und andauernden (konstanten) elektrischen Stromes. Auch in Form von elektrischen Bädern wendet man Elektrizität an. Zweifellos ist die Elektrizität berufen, einen

mächtigen Behilf der Naturheilkunde zu bilden und steht ihr in dieser Beziehung wohl noch eine große Zukunft bevor.

Die Elektrizität in Form des galvanischen Stromes leistet vortreffliche Dienste, wenn es bei Lähmungen, welche bereits zu Ernährungsschwund der Muskeln geführt haben, festzustellen gilt, ob überhaupt noch belebungsfähiges Muskelgewebe vorhanden und dadurch Aussicht auf Heilung gegeben ist. Bei Lähmungen der Nervenfunktionen verdient sie ebenfalls Anwendung, aber nicht für sich allein, sondern immer in Verbindung mit anderweitigen Maßnahmen des Naturheilverfahrens (z. B. feuchtkühle Abreibungen, erregende Einhüllung der betreffenden Teile, Massage und entsprechende nahrhafte, dabei aber reizlose Diät). Bei Behandlung von Lähmungen aller Art wird gewöhnlich in zwei Punkten schwer gefehlt. Denn erstens suchen die Spezialisten derartige Leiden zu ihrer ausschließlichen Domäne zu machen, indem sie sich den Anschein geben oder auch selbst der Überzeugung leben, als könnten Lähmungen aller Art nur einzig und allein durch Behandlung mit Elektrizität geheilt werden. Der in den Körper eingeleitete elektrische, also künstliche Strom, unterscheidet sich aber in erster Linie dadurch ganz wesentlich von der in den Nervenbahnen strömenden Elektrizität, daß er nicht ausschließlich auf bestimmte Nerven beschränkt werden kann, wie dies durch den Willensimpuls, also durch den vom Gehirn aus gegebenen Antrieb geschieht, welcher bewirkt, daß die auf elektrischen Vorgängen beruhende Willensenergie von dem Haupttelegraphenbureau, also vom Gehirn aus, durch das ganze elektrische Kabel, also durch die ganze Nervenbahn, bis an das äußerste Ende derselben wirkt. Ist nun an irgend einer Stelle der Nervenbahn ein Hindernis gegeben, welches die Fortpflanzung der Willensenergie bis zum äußersten Ende der betreffenden Nervenbahn verhindert, so sind natürlich diejenigen Bezirke des menschlichen Körpers gelähmt, welche unterhalb jener Stelle, also nach der Körperoberfläche hin, liegen. Nun werden aber gewöhnlich diejenigen Teile als direkt krank betrachtet (obschon sie es in Wirklichkeit nicht sind), welche in ihren Funktionen gelähmt sind, und da dementsprechend auch die therapeutische (auf Heilung abzielende) Behandlung eine rein örtliche ist, so kann von Erfolg der diesbezüglichen Anwendungen (gewöhnlich Einreibungen der verschiedensten Art) keine Rede sein. Wenn beispielsweise eine Gliedmaße (insonderheit eine untere) teilweise oder aber vollständig gelähmt ist und zugleich auch die Ursache dieser Lähmung in der Gliedmaße selbst gegeben sein würde, so wären ja allgemeine oder örtliche Bäder, feuchte Packungen, Dampfbäder und Massage, ausreichende Mittel, um gegen die krankmachende Ursache erfolgversprechend vorzugehen. Wenn dagegen die Ursache der Nervenlähmung nicht an derselben Örtlichkeit zu suchen ist, wo die Lähmungserscheinungen gegeben sind, so liegt dieselbe, was die unteren Gliedmaßen anlangt, entweder in den unteren Partieen des Rumpfes, das heißt in der kleinen Beckenhöhle, also an der vorderen Fläche des Kreuzbeines, wo die großen Nervengeflechte für die unteren Gliedmaßen austreten, oder

aber zentral*), das heißt im Rückenmark oder Gehirn, den Zentren des Nervenlebens. Bei Lähmungen der oberen Gliedmaßen liegt, wenn die Ursachenicht in der durch die Gliedmaße selbst belegenen Strecke der Nervenbahn gegeben ist, die Ursache gewöhnlich am Halse oder zentral, das heißt im Halsteiledes Rückenmarks oder im Gehirn. Nun sind wohl die unteren wie die oberen Gliedmaßen für die Knetungen und überhaupt für alle Hantierungen der Massage zugängig, schon weniger die unteren Partieen des Halses (wo die für die oberen Gliedmaßen bestimmten Nervengeflechte aus dem Rückenmark heraustreten), die kleine Beckenhöhle, das Rückenmark und das Hirn aber gar nicht. Mechanische, thermische und diätetische Maßnahmen (Massage, Wärme und geeignete Nahrung) sind die wirksamsten Mittel und in allen Fällen ist der Wille ein mächtiges Heilmittel, das durch nichts anderes, auch nicht durch die Einwirkungen der Elektrizität ersetzt werden kann. Bei Lähmungserscheinungen an den unteren Gliedmaßen beim weiblichen Geschlecht, und dies sind ja hier die allerhäufigsten, gilt in erster Linie das Wort: Cherchez la femme! (Wo ist die Frau?), da es sich im vorliegenden Falle fast ausnahmslos um Ungehörigkeiten im weiblichen System (Verhaltungen der Regel, Vergrößerung und Rückwärtslagerung der Gebärmutter 2c. 2c.) handelt, bei männlichen Patienten frage man nur gleich: Nicht wahr, allopathisch mißhandelt mit Queckfilber? zeigen Sie die Rezepte! — — Wer den Abgrund der schauerlichsten Medizinquackfalberei ermessen will, der nehme den vom Verfasser redigierten „Natur- und Volksarzt“ zur Hand, in welchem durch den ganzen Jahrgang 1889 die wissenschaftliche und sittliche Aufgabe gelöst werden wird, das himmelschreiende Krankheitselend und Siechtum aller Welt vor Augen zu stellen, welches allein schon durch die kraft ärztlicher Verordnung gegebenen Vergiftung des Menschenleibes durch Queckfilber tagtäglich in die Welt hinein gequackfalbert wird, auch werden daselbst alle gebräuchlichen Rezeptformeln aus dem Kauderwelsch der Küchenlateiner verdeutscht werden (deutsche Rezepte, das sei in Zukunft der erlösende Hilferuf des kranken Publikums, welcher tausende und abertausende von Krankheiten und Siechtümern aller Art aus der Welt fortnehmen wird!), damit das Publikum sich vor den rezeptuellen Attentaten auf seine Gesundheit und sein Leben schützen lernt.

Einige Beispiele aus der Praxis werden am besten illustrieren, wie man bei Lähmungserscheinungen vorzugehen hat.

Ein 11jähriges Mädchen hierorts litt an einer vollständigen Lähmung beider Beine (Johannstraße 42), sodaß sie nicht imstande war, auch nur einen Schritt weit zu gehen, dabei waren die Beine hart, etwas geschwollen und eiskalt. Alle örtlichen Maßnahmen der verschiedensten Art waren ohne Erfolg geblieben. Ohne die Patientin gesehen zu haben, ließ ich durch meinen Vertreter Massage des Unterleibes (Dickdarmmassage),

*) Das eigentliche Rückenmark, nicht nur bis zum zweiten Lendenwirbel herab. D. V.

entsprechende Diät nebst Klystieren und zur Belebung der wieder frei zu machenden Blutzirkulation Fußdampfbäder mit nachträglichen kühlen Abreibungen machen. Nach Verlauf von einigen Tagen war die Patientin geheilt und konnte sofort wieder Trepp auf, Trepp ab gehen; die Anschwellung und eisige Kälte der Beine waren verschwunden und der enorm harte Leib war infolge der durch entsprechende Diät, Massage und Klystiere herbeigeführten reichlichen Stuhlausleerungen weich und regelrecht geworden, wobei sich herausstellte, daß seit zirka 9 Tagen keine Stuhlausleerung stattgefunden hatte.

Ein ähnlicher Fall betraf eine junge verheiratete Dame in Leipzig, Frau Gr., welche wegen vollständiger Lähmung des einen Beines an der Krücke ging und in W. bei Leipzig die Sommerfrische genoß. Nach allen nur erdenkbaren Medizinquacksalbereien hatte sie und ihre Umgebung sich in ihr Schicksal ergeben, daß sie zeitlebens an der Krücke werde gehen müssen, wegen der unheilbaren Hüftgelenksentzündung. Der Eindruck, welchen ich empfing, wenn die Frau an der Krücke ging, und der Umstand, daß die Patientin zeitweilig an schweren Krampfformen litt, welche ein hysterisches Gepräge hatten, also annehmen ließen, daß dieselben in dem weiblichen System (Gebärmutter) ihren letzten Ursprung haben möchten, hatten in mir von Anfang an die Annahme erweckt, daß hier von einer „unheilbaren Hüftgelenkentzündung" nicht die Rede sein könne. Ein Anfall von Schlundkrämpfen, von denen die Patientin öfter befallen wurde, gab Veranlassung, meine ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Diese Krampfanfälle waren hochgradigster Natur, und machten für den ersten Augenblick den Eindruck als ob die Patientin, infolge Eindringens eines fremden Körpers in die Luftwege, in Erstickungsgefahr sei. Die gesamte Halsmuskulatur krampfte sich in dem Maße zusammen, daß der Rückfluß des Blutes vom Gehirn auf das schwerste beeinträchtigt war und infolgedessen das Gesicht eine blaurote (livide) Farbe zeigte, die Augen konvulsivisch in ihren Höhlen hin- und herrollten, die Zähne infolge von Kinnladenkrampf fest aufeinander gepreßt waren, das Bewußtsein geschwunden war, und konvulsivische Brechbewegungen vorhanden waren. Diese Anfälle, die also zweifellos nur symptomathischer Natur waren, also die augenfälligen Anzeichen und Folgewirkungen irgend welcher Krankheitsursache, waren bisher in echt quacksalberischer Weise durch die Anwendung von Chloroform bekämpft worden, ohne weiter nach der eigentlichen Ursache dieser Krampfanfälle zu forschen. Ein kunstgerechter, sogenannter Scharfrichtergriff nach der Kehle, d. h. ein mit dem zangenartig gekrümmten Daumen und Zeigefinger auf die Schlundmuskulatur ausgeübter energischer Druck nebst Schüttelmassage des Schlundes und Kehlkopfes bewältigte zuvörderst die Krämpfe, die ich auf den ersten Blick als rein hysterische (also durch Überstrahlung aus den krankhaft erregten Nervenbezirken der Gebärmutter bedingte) Krämpfe gehalten hatte. Nur die konvulsivischen Brechbewegungen und die Anteilnahme der sogenannten Bauchpresse (unter Bauchpresse versteht der Anatom den sich aus dem Zwerchfellmuskel, den Bauchmuskeln

der Bauchwand ꝛc. zusammensetzenden Muskelapparat) ließen auf eine hochgradige Unzuträglichkeit in den Verdauungswegen schließen. Die diesbezügliche Nachfrage ergab, daß die Patientin an beinahe beständigen argen Stuhlverhaltungen litt, und daß Stuhlgang überhaupt nur unter Beihilfe von 1—2 Liter „Dresdner Thee" einzutreten pflegte. Eine diesbezügliche spezielle Untersuchung ergab, daß sich eine kindskopfgroße, höhlenartige Erweiterung des Mastdarmes ausgebildet hatte, die vollständig mit festen Kothmassen erfüllt war. Hierdurch war nun sofort die letzte Ursache der Lähmung des Beines klargestellt. Sie war eine mechanische, eine Lähmung durch den seitens der umfangreichen Kothgeschwulst auf das Kreuzbeinnervengeflecht, dessen Zweige vorzugsweise die an der Rückseite der unteren Gliedmaßen gelegene Muskulatur mit elektrischen Kabeln (Nerven) versorgt, ausgeübten Druck. Nachdem dieses Leiden behoben und die Verdauungswege wieder zur eigenen, selbständigen Thätigkeit zurückgeführt worden waren, war es der Patientin nach einigen Wochen möglich, nach der eine halbe Stunde entfernten Bahnstation (Böhlitz-Ehrenberg) zu gehen und nach zirka 2 Monaten auf der Kirmes (Kirchweihfest) in Wahren bei Leipzig zu tanzen.

Um nun auch noch die unvergleichlich heilsamen Wirkungen zu illustrieren, welche der Wille, also der den elektrischen Telegraphenkabeln (Nerven) des menschlichen Körpers von den Centralorganen des Nervensystems (Gehirn und Rückenmark) gegebene Impuls (Antrieb) bei krankhaften Zuständen (Lähmungen u. s. w.) auszuüben im Stande ist, möge folgendes Beispiel dienen, abgesehen von dem unvergleichlichen Werke eines Kant über „die Macht, sein Gemüt zu beherrschen".

Der zu erwähnende Fall zeigt zugleich den Grundcharakter der Naturheilkunde, darin bestehend, daß man in allen Krankheitsfällen an die letzte und oberste Instanz, an die Mutter Natur appelliert, deren ärztliches Wissen und Können ohne Gleichen ist. Der Naturarzt hört auf, Naturarzt zu sein, wenn er, wie das Gros der allopathischen Rezeptklexer, dem Gelehrtendünkel huldigt, man könne der Natur Gesetze vorschreiben. Nun und nimmermehr! am allerwenigsten durch einige lateinische Rezepthieroglyphen, wie sie das medizinische Kauderwelsch und der rezeptuelle Jargon der allopathischen Schule tagtäglich hundertausendfältig anwendet. Für den Naturheilkundigen giebt es immer eine ärztliche, heilende Instanz, die **Natur**, nicht aber überlieferte rezeptuelle Hilformeln (Magistralformeln, also rezeptuelle Arzneiverordnungen, gegeben von irgendwelchem medizinischen Magister, also Lehrer und „Meister" der Heilkunde, auf dessen Worte und Rezeptformeln seine Schüler zu schwören pflegen). Die Natur ist einzig und allein Heil-„Meisterin", und die Naturheilkundigen sind nicht, wie es die Vertreter der allopathischen Schule zu sein wähnen „Magister", also Meisterer der Natur, sondern bescheidene Minister, also Diener der Natur. Die heilende Instanz liegt mithin immer in der Natur selbst, also außerhalb des Machtbereiches des „Heil"künstlers, dessen Aufgabe einzig und allein darin besteht, die Winke

der Natur verstehen und würdigen zu lernen und ihren ärztlichen Maßnahmen und Heilbestrebungen die entgegenstehenden Hindernisse aus dem Wege zu räumen, d. h. für jeden einzelnen Fall die naturgemäßen Gesundheitsbedingungen im allgemeinen und, wenn die größte ärztliche Kunst, die Kunst zu individualisieren, d. h. den Besonderheiten in der Konstitution und überhaupt in der gesammten körperlichen und geistigen Veranlagung der verschiedenen kranken Individuen entsprechend berücksichtigt, d. h. also Kranke nicht nach der Schablone behandelt werden sollen, auch im besonderen herbeizuführen, fürwahr, eine ebenso glorreiche als menschenwürdige Aufgabe. Si quaeris nercio, si non quaeris, scio. (Wenn Du nach den Gründen meines ärztlichen Handelns fragst, weiß ich keine zu nennen, wenn Du nicht darnach fragst, weiß ich, was zu thun ist) heißt es oft genug am Krankenbett, und in zahlreichen Fällen muß der ärztliche Instinkt oder angeborenes ärztliches Genie forthelfen, denn das Wort Arzt kommt her vom lateinischen artista, d. h. „Künstler" (kommt her von „können"); das echte künstlerische Können ist aber weit mehr ein instruktives und unbewußtes Können, von welchem der Künstler weder sich noch anderen Rechenschaft zu geben im Stande ist. Diese feine intellektuelle Witterung, dieser feine naturärztliche Instinkt zeigt sich ganz eklatant im nachstehenden Falle, in welchem der Naturheilkundige Herr Oldenburg in Crimmitzschau (Königr. Sachsen) sein eigenes Kind mit staunenswertem Erfolge behandelte.

Ich teile hier diesen hochinteressanten Fall, den der Genannte in dem vom Verfasser herausgegebenen „Natur- und Volksarzt" unter der Überschrift: „Meine Jungfernkur, oder: Wie man Naturheilkundiger wird" veröffentlichte, im Auszuge mit. Es heißt daselbst:

„Durch eigene Krankheit wurde ich am Anfang des Jahres 1880 Anhänger der Naturheilmethode. Ich trat im April dem hier 1878 gegründeten Verein für Naturheilkunde bei und eignete mir nun durch fleißiges Lesen der kleinen Vereinsbibliothek die Grundzüge der Naturheilmethode an. Es waren namentlich die Jahrgänge des Wolbold'schen „Naturarztes" von 1871—79, welche meine Lieblingslektüre bildeten. Nachdem ich infolge eigenen Leidens, welches zuerst durch Herrn Wunderlich in Meerane behandelt wurde, dann durch Selbstbehandeln die Anwendungsformen der Naturheilkunde an meinem Körper erprobt und in meiner Gesundheit Fortschritte gemacht hatte, wurde meine Frau (sehr schwächlicher Konstitution) von einem Mädchen entbunden. Der Geburtsakt verlief normal, nur war das Neugeborene sehr klein und mager und zeigte fast gar kein Leben, sodaß die Hebamme erklärte: laßt's nur ruhig liegen, es wird nicht lange am Leben bleiben. Es zeigte sich jedoch im weiteren Verlaufe etwas Leben, aber das Aussehen war und blieb sich gleich; aschgraue Haut, Fleisch war fast gar keins vorhanden, und die Händchen waren von Geburt an zur Faust geballt. Da meine Frau zu schwach war zum Nähren des Kindes, so war die Ernährung eine künstliche. Fünf volle Monate zeigte sich keine Wendung zur Besserung, ja, wir und alle Ande-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

ren, die das Kind sahen, dachten nicht, daß dasselbe noch ein paar Tage leben würde. Als ich sah, daß es trotz alledem nicht starb, nahm ich an, daß das Leben vielleicht kräftiger war als es aussah, und machte meiner Frau den Vorschlag, es mit einer lauen Rumpfpackung zu versuchen. Aber davon wollte meine Frau nichts wissen, da wäre das Kind zu schwach. Ich erklärte aber, daß ich unter keinen Umständen einen Mediziner zu Rate ziehen würde, sondern daß ich entweder eine Einpackung versuchen oder mich um die ganze Angelegenheit nicht mehr kümmern würde. Das wirkte. Denn es wurde noch am selben Abend um 10 Uhr eine laue Rumpfpackung gemacht, welche sofort anschlug, denn das Kind, welches in letzter Zeit fortwährend in Krämpfen lag und höchstens eine halbe Stunde ruhig schlief, schlief sofort ein und schlief die ganze Nacht. Als ich den andern Tag Mittags nach Hause kam und meine Frau frug, wie lange das Kind geschlafen, erhielt ich zur Antwort, daß es bis in die neunte Stunde geschlafen, worauf sie es gebadet hätte, um 11 Uhr habe es wieder zu schreien angefangen, da hätte sie ihm wieder einen Rumpfumschlag gemacht, wonach wieder Schlaf eingetreten wäre, der noch jetzt anhielte. Nun bekam meine Frau Mut, und da bisher die Nahrung nicht verdaut resp. wieder ausgebrochen wurde, so ließ ich die gute Milch (Vollmilch), sowie den üblichen Zwieback fort, ließ 1 Teil Milch und 3 Teile Wasser in kleinen Portionen geben und steigerte nach und nach dieses Mischungsverhältnis bis zur unverfälschten Milch. Dies bekam vortrefflich, das Kind wurde kräftiger, bekam am ganzen Rumpf und Kopf große Eiterblasen und schälte sich schließlich am ganzen Körper buchstäblich, so daß wir an Teilen, wie am Gesäß, die Hautfetzen mit der Scheere abschneiden mußten. Die Krämpfe waren verschwunden und das Kind hatte die 8 Schneidezähne erhalten, ohne daß man davon an dem Verhalten desselben etwas gewahr wurde. Nachdem das Kind 3/4 Jahr alt geworden und sonst munter und frisch aussah, aber immer noch die Händchen zu Fäustchen, mit eingeschlagenem Daumen, geballt waren, versuchte ich dieselben durch Einpackung der Hand, sowie durch feuchte Scharpiebäuschchen, die ich in das Innere der Hand zu zwängen suchte, zu öffnen. Die Scharpiebäuschchen verursachten Schmerz und wurden deshalb nicht vertragen, ebensowenig die feuchte Packung der Hände. Hierauf versuchte ich, die geballten Fäustchen durch täglich zwei 24grädige Halbbäder mit Handmassage zu öffnen. Da aber das Reiben und Kneten der Händchen ebenfalls nicht gut vertragen wurde, so fiel mir bei, daß, als ich mich als Knabe im Flusse badete und dabei öfters mit den Händen auf's Wasser schlug, meine Hände hierdurch erschüttert und eine außergewöhnliche Erregung in denselben erzeugt wurde. Durch die Untersuchung der Händchen hatte ich gefunden, daß die einzelnen Gelenke der Fingerchen verknorpelt waren (alte Weiber mit und ohne Hosen sagten, die Händchen wären durch die vielen Krämpfe zusammengezogen), so mußte hier unbedingt ein erhöhtes Leben in denselben erweckt werden, um den Knorpel zurückzubilden resp. auszuscheiden, und dies konnte meiner Ansicht nach

recht wohl durch eine solche Erschütterung resp. Erregung erzielt werden. Damit aber das Kind selbst seine Händchen öffnen und zugleich durch das Bad selbst eine Anregung finden sollte, setzte ich dasselbe in eine Wanne mit Wasser, ließ meine anderen drei Kinder sich darum stellen und sagte zu denselben: wenn Ihr bespritzt werdet, so fangt alle an zu lachen. Gesagt, gethan; ich stellte mich hinter mein Jüngstes, nahm seine Ärmchen beim Ellenbogengelenk und schlug die Händchen resp. Fäustchen eins ums andere aufs Badewasser. Selbstverständlich spritzte das Wasser umher und den Kindern in's Gesicht, welche nach meiner Anordnung lachten. Der Zweck war erreicht, es gab keine größere Lust für das Kind, als immer herzhafter auf das Wasser zu schlagen, sodaß dasselbe oft über seinem Köpfchen zusammenspritzte. So wurden nun täglich zwei Bäder, das eine früh, das andere abends vor dem Zubettegehen gegeben. Der Erfolg war gut, denn schon nach einigen Tagen bewegte sich die Spitze des linken Zeigefingers und es dauerte nicht ganz 4 Wochen, bis die Händchen ganz offen und jedes Fingerglied vollkommen beweglich war. Das Nagelglied des rechten Daumens regte sich zuletzt. Nunmehr hoben sich sämmtliche Fingernägel und etliche Zehennägel ab und wurden durch neue ersetzt, ein Zeichen, daß ein tiefgehender Umschwung im gesammten Stoffwechsel vor sich gegangen war, wodurch auch jene abgelagerten, festen Stoffe ausgeschieden wurden, die die Bewegung der Fingerglieder verhindert hatten. Das Kind steht jetzt im neunten Jahr, ist vollkommen gut gebaut, seinem Alter angemessen etwas niedlich, ist geistig gut befähigt, geht mit Gesang zu Bett und steht mit Gesang auf, und ist mein kleiner, allerliebster Wildfang."

In diesem Falle besteht der naturärztliche Grundgedanke darin, vertrauensvoll den Patient in erfolgversprechende, gesundheitsfördernde Verhältnisse (und dies können diese nur sein, wenn sie natur- und vernunftgemäß sind) zu bringen und alles Übrige der Natur zu überlassen, deren ärztliches Können, wie bereits erwähnt wurde, unbegrenzt ist. Wenn Herr Oldenburg sagt, daß es im vorliegenden Falle von hoher Bedeutung sein mußte, durch Erschütterung, beziehentlich Erregung der betreffenden Teile ein erhöhtes Leben in denselben zu erwecken, um den Knorpel zurückzubilden, resp. auszuscheiden, so verdient diese Ansicht vollen Beifall, jedoch darf andererseits auf keinen Fall das Heilmoment von höchster Bedeutung vergessen werden, welches im vorliegenden Falle durch das Anregen und Erwecken des inneren (Willens-) Impulses gegeben wurde. Denn dieser innere Impuls, ausgehend von dem in den Zentralorganen des Nervensystems residierenden Willensimpulse, bleibt immerhin das mächtigste Mittel, um die Nervenbahnen bis in ihre letzten und äußersten Endungen und Verzweigungen anzuregen und zu beleben, sodaß dieselben alsdann wieder ihre regelrechte Berufs- und Lebensthätigkeit ausüben, also alle anatomischen Strukturen und Bezirke des menschlichen Körpers anregen, beleben, lenken, leiten und regieren. Im vorliegenden Falle war es demnach ein hochbedeutungsvolles Heilmoment, daß durch die auf

eine höchst sinnreiche Weise hervorgerufene Willensregung, darin bestehend, durch Aufschlagen mit den Händen auf eine Wasserfläche eine gewollte Wirkung, nämlich allgemeine Heiterkeit bei dem den kleinen Künstler umgebenden Zuschauerkreise seiner Brüderchen und Schwesterchen hervorzurufen. Künstler leitet sich, wie bereits weiter oben erwähnt wurde, her von „können", und das können wollen ist als einer der stärksten Antriebe und als eins der wirksamsten Mittel zu bezeichnen, um allmählich ein Könner oder Künstler zu werden. Denn wenn eine klare Vorstellung von dem, was man ausführen will und auch die Mittel zur Verwirklichung vorhanden sind, nämlich die erforderliche Innervation, d. h. die kraftvolle und präzise Übertragung des Willensimpulses (des inneren Antriebes) auf die betreffenden Exekutivbeamten (also die Muskeln), so bedarf es alsdann neben einem kräftigen Willensimpulse nur noch der erforderlichen Übung in der Realisierung der gewollten, der geistigen Vorstellung vorschwebenden Art der Bewegung. So bedarf es eines starken Willensimpulses, einer eisernen Ausdauer und fleißigster Übung, bis ein Klavierspieler bis zu dem Grade geübt ist, daß er seinen Zeigefinger in einer halben Sekunde zu beugen und zu strecken imstande ist; nicht minder muß die Zunge schon sehr geübt sein (man kann dies auch bei allen klatschsüchtigen Weibern, bei denen sich durch vieljährige Übung der „Zungenschlag" von Jahr zu Jahr vervollkommnet, beobachten), wenn sie imstande ist, einen aus 45 Buchstaben bestehenden Vers in 2 Sekunden auszusprechen. Ja, der Wille ist ein herrliches Heilmittel, wenn es gilt, Unzulänglichkeiten in der Leitungsfähigkeit in den elektrischen Kabeln (Nerven) des menschlichen Körpers, also beispielsweise Strom- oder Leitungshindernisse und dadurch bedingte Unzulänglichkeiten in der Funktion derselben (Lähmungszustände des Gefühls oder der Bewegung) zu beheben.

Um nun jene seelische Gewalt über unsere körperlichen Zustände zu erlangen und auf diese Weise, wenn nötig, die Selbstheilung des Organismus anzuregen und einzuleiten, ist Übung erforderlich. Je weniger der Mensch seinen Willen erzieht und stärkt, je weniger er ferner weiß, welche ungeahnte Macht die seelische Energie, also die Bethätigung gewisser Nervenbezirke des Gehirns hat, desto abhängiger ist er von seinen Nerven und desto unabhänger sind diese. Denn von Anbeginn sind die Nerven souverain, und der Körper steht nicht blos unter der Oberbotmäßigkeit derselben, sondern er schmachtet geradezu in der Knechtschaft seiner unabhängigen Nerven. Jede Beeindruckung löst in diesem Fall unwillkürlich gewisse, rein automatische Bewegungen in den Muskeln, kurz, gewisse Gegenwirkungen aus. Die Erlösung aus jener Knechtschaft der unabhängigen Nerven erfolgt in demselben Maße als die Willenskraft erstarkt, und das ist: die durch zahllose Bemühungen und Gewöhnungen erlangte Herrschaft über den größten Teil unseres Körpers. Und diese Willenskraft ist der bewußte Ausdruck eines kenntnis- und erfahrungsreichen Geistes, der jene rein instinktiven, unabhängigen Nerven erkannt hat,

der die ihm durch dieselben auferlegten Einschränkungen und Beschränkungen fühlt und sich siegreich zu gesteigerter Willenskraft und Unabhängigkeit erhebt. — —

Wieviele drohende und bereits im Anzuge begriffene krankhafte Störungen in dem gesunden und harmonischen Gleichgewicht unseres Körpers werden nicht jetzt schon durch die energische Willenskraft Einzelner, „die sich nicht werfen lassen wollen," niedergehalten; aber in Zukunft, wenn die Macht des Willens weit allgemeiner als es jetzt der Fall ist, ausgebildet sein wird, wird die Verordnung: „Wende die Macht des Willens an, so wirst Du gesunden!" eins der mächtigsten, wahre Wunder wirkenden Heilmittel sein! — — Doch schon wieder höre ich die marktschreierischen Charlatane rufen: „Werft auch diese Heilmittel den Hunden vor; kauft lieber unsere wohlgeschüttelten Arzneitränke und ihr werdet euch für einige Mark gesund machen!" Die Naturheilkunde aber, die Heilkunde der Zukunft, sie verordnet: „Wende die Macht des Willens an, sei stark und rege energisch die in dir schlummernden Heilkräfte durch die Macht des Willens an, so wirst du durch dieses schöne und machtvolle Heilmittel der Naturheilkunde die Krankheit besiegen, und du wirst gesunden!

Elefantiasis (arabische Elefantenkrankheit, Elefantenfuß). Diese übrigens ziemlich seltene, gewöhnlich als eine Art des Aussatzes betrachtete Krankheit führt deshalb diesen Namen, weil die Beine der Leidenden schuppig und rauh werden und gleich Elefantenfüßen anschwellen, wobei aus den Schuppen eine scharfe Jauche abgesondert wird, infolgedessen sich oft tieffressende Geschwüre bilden. Das Leiden besteht in einer hochgradigen Wucherung der Haut, des Unterhautzellengewebes und der darunter gelegenen Teile. Außer den Unterschenkeln werden bisweilen auch die Geschlechtsteile von dem Leiden befallen. Das Leiden beginnt mit entzündlichen Prozessen im Unterhautzellengewebe und einer rosenartigen Entzündung der Haut. Weiterhin entstehen Knollen in der verdickten Haut und Risse und Durchfurchungen derselben, aus denen die oben erwähnte scharfe und übelriechende Flüssigkeit abgesondert wird. Allmählich nimmt der befallene Teil immer plumpere Formen an und es wird beispielsweise der Unterschenkel oder Fuß in unförmigster Weise verunstaltet, sodaß er demjenigen eines Elefanten sehr ähnlich wird. Diese Krankheit ist in England unter dem Namen Barbadosfuß bekannt, weil sie auf der Insel Barbados sehr häufig ist. Man hielt diese Krankheit bis jetzt für unheilbar, da sie aber auf schlechter Säftemischung, und dadurch bedingter Lymphgefäßentzündung zu beruhen scheint, so ist es kaum zweifelhaft, daß eine durchgreifende Wasser- und Diätkur eine radikale Herstellung zu bewirken vermag.

In der That bezeugt auch Krause (Hydrotherapie S. 147), daß er zwei Fälle in Gräfenberg beobachtet, wovon der eine Kranke radikal geheilt und der andere nur deshalb blos als gebessert entlassen wurde, weil er Gräfenberg verlassen mußte. Auch Dr. Munde beschreibt einen

ähnlichen Krankheitsfall, der ihm von Dr. Piutti zu Elgersburg mitgeteilt wurde (Hydrotherapie S. 511 ff.), und wonach ein mit dem Elefantenfuße behafteter, kräftiger, großer Mann von 57 Jahren in dieser Anstalt binnen 42 Wochen geheilt ward. Dr. Piutti schließt seine Mitteilung mit der Bemerkung: Es bedarf dieser Krankheitsfall (von ihm als Hyperthrophie,*) fleischartige Verdickung des linken Schenkels seit 17 Jahren und Lähmung beider Beine seit 6 Jahren bezeichnet) keines Kommentars. Er allein wäre genügend, die unvergleichliche Wirksamkeit des Naturheilverfahrens darzuthun und letzterem eine Stelle neben, nein, über den Heilmethoden aller Arten und Zeiten anzuweisen. Denn nach dem äußerlichen Befunde, wie er durch den Augenschein und durch das Betasten einer derartigen, brettartig verdickten und harten Haut gegeben ist, und nach den mikroskopischen Untersuchungen muß man ein derartiges Leiden einfach für unheilbar halten, weil man sich von keinem Arzneimittel vorstellen kann, daß dasselbe imstande sein möchte, derartige umfangreiche, geradezu unerhörte anatomische Veränderungen der Gewebe wieder zur Norm zurückzuführen. Und so ist es. Nur die Natur allein vermag es, zumal wenn sie hierbei naturgemäß unterstützt wird, Änderung, Besserung und Heilung in diesem desparaten Krankheitszustande herbeizuführen. Denn nur allein dadurch, daß die in größter Menge abgelagerten und zum großen Teil bereits organisierten (d. h. in Bindegewebe umgewandelten, zum Teil flüssigen Lymphe) wiederum geschmolzen, also verflüssigt und durch die (rückläufigen) Lymphgefäße dem allgemeinen Säftestrom wieder zugeführt werden, ist es möglich, die unförmigen Neubildungen zu beseitigen. Alsdann können auch die in die neugebildeten, mehr oder weniger straffen Bindegewebsmassen eingelagerten elektrischen Kabel (Nerven) wieder aufathmen und, da sie aus ihrer Zwangslage befreit werden, ihre Funktionen wieder aufnehmen, d. h. die Lähmung der betreffenden Gliedmaßen geheilt werden, und man sieht auf den ersten Blick, was hier die feuchte Wärme (feuchte Packung), die Massage und eine entsprechende Diät zu leisten imstande ist.

Der von Krause beobachtete Fall betraf einen Mann von 42 Jahren, von ausgezeichnet kräftiger Konstitution, dessen ganzer Habitus (äußeres Ansehen) jedoch vorwaltende Leberleiden deutlich anzeigte. Nachdem das Übel eine bedeutende Höhe erreicht hatte, war das allopathische Heilverfahren mit seinen famosen Quacksalbereien an den Kranken herangetreten und man hatte Merkurialien (Quecksilberpräparate) nicht allein

*) Dieser Auffassung des pathologisch-anatomischen Wesens genannter Krankheit pflichten wir vollständig bei. Denn während der zwei Jahre, in welchen ich tagtäglich normale Haut und solche durch Hautkrankheiten aller Art veränderte Haut untersuchte, hatte ich auch zu wiederholten Malen Gelegenheit, Haut von an Elefantiasis Erkrankten mikroskopisch zu untersuchen und konstatierte in allen Fällen eine überaus üppige, krankhafte Wucherung (Hyperthrophie) des Unterhautzellengewebes und eine hochgradige Erweiterung der Lymphgefäße, also derselbe Befund, wie er sich an Hautpartieen konstatieren läßt, welche zu wiederholten Malen von rosenartigen Entzündungen befallen wurden.

(wie natürlich!) „ohne allen Erfolg“ angewendet, sondern hatte das Übel noch bedeutend gesteigert. Als der Kranke nach Gräfenberg kam, hatte das Bein fast das Dreifache des natürlichen Umfanges und war mit mehreren mißfarbigen Flecken besetzt. Die Kur, welche der Kranke gebrauchte, bestand in täglich zweimaligem starkem Schwitzen, kalt Baden, täglich einmaligen doch kräftigen Douchen, sehr reichlichen Genusses frischen Wassers, zwei Sitzbädern von etwa 40 Minuten, erregenden Umschlägen um den Magen und um das kranke rechte Bein. Nach Verlauf von etwa sieben Monaten war der Kranke völlig geheilt entlassen, nachdem heftige Krisen mit vorhergehenden bedeutenden Fiebererscheinungen in Gestalt großer Geschwüre aufgetreten waren und eine große Menge sehr übelriechenden Eiters entleert hatten.

Natürlich muß beim Eintreten der Krisen das starke Schwitzen ermäßigt, also Umhüllungen angewendet, die Douche ganz ausgesetzt, die Sitzbäder verlängert und die Umschläge öfters gewechselt, auch zuweilen örtliche, ableitende Bäder angewendet werden.

Ellenbogenbäder s. Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens.

Empfindlichkeit, krankhafte, s. Nervosität.

Emphysem s. Lungenerweiterung mit Asthma.

Empyem s. Eiterbrust.

Engathmigkeit s. Asthma.

Englische Krankheit (Rachitis, Zweiwuchs). Diese Knocherkrankung besteht in der Hauptsache darin, daß in den wachsenden Knochen die erforderlichen Kalksalze in ungenügender Menge abgelagert werden. Hierdurch verharren die Knochen in ihrer ursprünglichen knorpelichen Beschaffenheit und bleiben daher weich und biegsam. Ferner sind die Enden der Rippen, wo sie sich an die Rippenknorpel ansetzen, ebenso wie die Gelenkenden der Röhrenknochen der Gliedmaßen infolge von übermäßiger Wucherung der Knorpelsubstanz verdickt. Dies tritt besonders deutlich am Fuß- und Handgelenk hervor, und die dadurch entstehende Einbuchtung der Haut unterhalb dieser Verdickung giebt der Gliedmaße jenes eigentümliche Aussehen, welches man mit dem Namen Zweiwuchs oder doppelte Glieder zu bezeichnen pflegt. Ähnlich verhält es sich mit den Rippenknorpeln an der Brust, welche, für das Auge sichtbar, eine Reihe von knotigen Verdickungen bilden, die zu beiden Seiten des Brustbeines nach der Bauchgegend sich herabziehen (rachitischer Rosenkranz). Da die den Körper stützenden Knochen, z. B. die Beine, welche die ganze Last des Körpers zu tragen haben, weich bleiben, so verbiegen sie sich, und es entstehen auf diese Weise gekrümmte Gliedmaßen oder, wenn die Weichheit der Knochen noch eine sehr große ist, so kommt es selbst zu Einknickungen derselben. Während die Verkrümmungen der Beine (krumme Beine) nach und nach verwachsen, so geschieht dies hinsichtlich der verbogenen Rippen (Hühnerbrust oder genickte Brust) und hinsichtlich der Verbiegungen des Rückgrats und des knöchernen Beckens nicht. Der letztere Umstand ist von um so größerer Bedeu-

tung, da die Verbiegungen der Beckenknochen beim weiblichen Geschlecht später erhebliche Hindernisse für den Geburtsakt bilden.

Das Leiden ist nur selten angeboren. Gewöhnlich entwickelt es sich sich nach Ablauf der Mitte des ersten Lebenjahres, während es am Ende des zweiten Jahres schon weit seltener zu finden ist. In den meisten Fällen sind gesundheitswidrige Ernährung und ungesunde Wohnungsverhältnisse als Entstehungsursache anzusehen.

Kinder, welche von dieser Krankheit befallen werden, erfordern nach den Grundsätzen der naturgemäßen Heilweise ganz dieselbe Behandlungsweise wie die Skrofeln, da sie mit diesen ganz dieselben Ursachen, also ziemlich dieselben Folgen hat. Besonders nützlich sind kühle Bäder, namentlich auch Flußbäder. Dr. Macaulay sagt: kühle Bäder, reine Landluft, Entfernung von feuchten und dumpfen Orten, und Sorge für Reinlichkeit gehören zu den ersten Erfordernissen. Dr. Hoyer erzählt: Eine schottische Dame habe mehrere schwächliche Kinder verloren, alle nachherigen aber behalten, weil sie dem Rate einer armen Frau gefolgt und ihre Kinder täglich in frischem Wasser gewaschen. Auch Dr. Hahn empfiehlt dies schon und glaubt, daß besonders warme Getränke den Kindern die Anlage zu dieser Krankheit einpflanzen. Hautpflege, bestehend in lauen Bädern mit nachträglichen kühlen Waschungen und Übergießungen, im Sommer womöglich kühle Flußbäder und eine milde, reizlose Diät (siehe den Artikel) sind zur Heilung dieses Leidens unbedingt erforderlich.

Entbindung, siehe Geburt.

Entleerungen, kritische, s. Krisen.

Entzündung. Seit undenklichen Zeiten hat man sich über das Wesen und über die nächsten Ursachen der Entzündungen hin- und hergestritten, kurz, der Begriff Entzündung bildete eine unerschöpfliche Quelle medizinischer Controverse (Streitfragen). Man darf es als einen positiven Fortschritt der modernen Pathologie (Lehre von den Krankheiten) betrachten, daß dieses Problem nunmehr in der Hauptsache gelöst ist. Aber auch hier hatte die Praxis des Wasserheilverfahrens bereits lange vorher festgestellt, auf welche Weise Entzündungen aller Art auf erfolgsicherste Weise behandelt und geheilt werden können. Dem Scharfsinn der Hydropathen war es nämlich keineswegs entgangen, was die Natur durch einen Entzündungsprozeß irgend eines Körperteiles bezweckt.

Die bereits vor zwei Jahrtausenden als charakteristisch aufgestellten Hauptmerkmale: Röte (rubor), Hitze (calor), Anschwellung (tumor) und Schmerz (dolor) haben auch noch heute ihre volle Giltigkeit. Es ist aber unser Wissen über das Wesen, oder doch über die intimsten Vorgänge bei einem Entzündungsprozesse, in ersprießlichster Weise dadurch erweitert worden, daß wir im Stande sind, mit bewaffnetem Auge jene intimen Vorgänge zu beobachten, welche sich bei einem entzündlichen Prozesse abspielen und auf welche Weise diese dem unbewaffneten Auge verborgenen, weil mikroskopischen (also mit Hilfe des Vergrößerungsglases wahrnehmbaren) Geschehnisse, jene makroskopischen, also auch für das unbewaffnete

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Auge und unsere anderweitigen Sinne wahrnehmbaren Symptome (Krankheitserscheinungen und Krankheitsmerkmale) hervorrufen.

Weiteres siehe unter Krankheiten, entzündliche. Ferner verweisen wir auf Augenentzündung, Bauchfellentzündung, Bräune, Brust-, Darm-, Gebärmutter-, Harnblasen-, Herz-, Hirn-, Leber-, Magen-, Milz-, Nieren-, Rückenmark-, Zungen-, Zwerchfellentzündung 2c. 2c.

Epidemieen. Wie schon unter dem Artikel Ansteckung (siehe den Artikel) angedeutet wurde, ist im Wasser nicht nur die sicherste Hilfe, sondern auch zugleich ein noch weit sicheres Vorbeugungsmittel (Präservativ) gegen in Form von Seuchen auftretende Krankheiten gegeben und wir verweisen auf die in den einzelnen Artikeln für die Behandlung epidemischer Krankheiten gegebenen Vorschriften.

Epilepsie (Fallsucht, böses Wesen.) Die Epilepsie ist ein chronisches Leiden. In ausgebildeten Fällen charakterisiert es sich durch Krampfanfälle bei aufgehobenem Bewußtsein und völliger Empfindungslosigkeit, die in bestimmten oder unbestimmten Zeiträumen wiederkehren. Später gesellen sich körperliche und geistige Störungen in den anfallfreien Zeiten hinzu. Die Epilepsie ist häufig; auf 1000 Menschen 1 epileptischer. Sie ist zum Teil ererbt, zum Teil aber auch erworben. Ihre Ursachen sind mangelhafte oder ungesunde Nahrung, Skrofulose, englische Krankheit, Mißbrauch von Spirituosen, Blei- und Quecksilbervergiftungen, heftige Gemütsbewegungen, Onanie, geschlechtliche Ausschweifungen. Sie kann aber auch das Symptom einer Gehirnkrankheit oder durch Reize fremder Körper (Würmer) veranlaßt sein. Ist ein epileptischer Anfall im Anzuge, so zeigen sich folgende Vorboten: Gefühl eines kühlen, von irgend einem Körperteile zum Gehirn aufsteigenden Hauches (sogen. Aura), ferner Unruhe, Aufregung, Druck im Kopf, Schwindel, Muskelzuckungen. Der Kranke stürzt mit einem lauten Schrei zu Boden, der ganze Körper wird in fürchterlicher Weise gestreckt, gedehnt und gewunden, die Daumen sind eingeklemmt, Schaum tritt aus dem Munde 2c. Nach höchstens einer Viertelstunde tritt Muskelerschlaffung ein, der Kranke erwacht. müde und zerschlagen, wie aus einem tiefen Schlafe.

Behandlung. Als erstes Gesetz bei der Behandlung epileptischer Anfälle gilt: den Kranken ruhig austoben zu lassen. Durch passende Lage ist dafür zu sorgen, daß keine Verletzung irgend welcher Art stattfinden kann. Damit das Athmen nicht erschwert wird, sind die Kleider zu lockern. Das Aufmachen der Daumen und Festhalten der zuckenden Glieder ist entschieden nachteilig und deshalb zu unterlassen. — Die Heilung betreffend sind diejenigen Fälle, in denen die Epilepsie durch Würmer im Darmkanal, durch Periodestörungen, Pollutionen erzeugt wurde, am sichersten und zwar durch Entfernung oder Heilung der eigentlichen Ursache, heilbar. Die Diät muß streng geregelt werden und ist rein vegetarische Lebensweise geboten. Aufregende Getränke, stark gewürzte Speisen sind höchst schädlich, ebenso körperliche Überanstrengungen und

heftige Gemütsbewegungen. In weniger veralteten Fällen ist Hoffnung auf vollständige Wiederherstellung vorhanden, wenn die erforderliche Diät und ein ruhiges, ableitendes Wasserheilverfahren mit Ausdauer und Vorsicht durchgeführt wird. Dasselbe muß abgeändert oder modifiziert werden, sobald sich der eigentliche Sitz der Krankheit und der Charakter des Grundübels herausstellt. Bei veralteten Fällen, wo die Kräfte schon sehr gesunken und bereits Geistesstörungen vorhanden sind, darf man keine Heilung erwarten, doch kann man stets durch zweckmäßige Diät (reizlos und kühlend), sowie durch regelmäßige, milde Hautpflege wesentliche Linderung herbeiführen.

Daß das Wasserheilverfahren dieses traurige, leider nur zu häufige Leiden, welchem die verschiedenartigsten Ursachen zu Grunde liegen können, in allen Fällen zu heilen vermöge, ist unwahrscheinlich. Auch Prießnitz betrachtet die Epilepsie nicht unbedingt und in allen Fällen als heilbar. Dennoch beweisen einzelne Beispiele, wie sie z. B. in Wasserheilanstalten von Gräfenberg und Freiwaldau vorkamen, daß die Fallsucht (Epilepsie), selbst wenn sie schon bis zum höchsten Maße und zwar in den mittleren Lebensjahren sich entwickelt hatte, und selbständig und unabhängig von anderen Krankheiten bestand, durch das Wasserheilverfahren gründlich geheilt wurde. Personen mit sehr gesunkenen Kräften, bei denen schon infolge veralteter Epilepsie bedeutende Geistesstörungen eingetreten sind, oder wo die Komplikation (Verquickung) mit anderen schon ihrer Natur nach unheilbaren Krankheiten, wie hochgradige Lungenschwindsucht und hochgradige Herzfehler u. s. w. u. s. w., der Anwendung einer vollen Wasserkur unübersteigliche Hindernisse in den Weg legt, dürfen freilich wenig Hoffnung auf einen günstigen Erfolg hegen, wenngleich selbst in den ungünstigsten und veraltetsten Fällen ein vorsichtiges, zweckmäßiges diätetisches Verhalten immerhin noch wesentliche Linderung verschaffen wird. Was dagegen jüngere oder solche Personen betrifft, bei denen eine allzugroße Erschöpfung der Lebenskräfte eingetreten ist, besonders aber auch in denjenigen Fällen, bei denen die Wurzel der Fallsucht in anderen Krankheiten liegt, wie z. B. in zurückgetriebenen Hautausschlägen, Erkältungen, gestörten Blutflüssen, mangelhafter oder fehlerhafter Monatsreinigung, Würmer u. dergl. m., so giebt es kein herrlicheres Mittel als eine zweckmäßig geleitete und beharrlich durchgeführte Wasserkur, um durch Heilung der Ursachen das Übel zu entfernen.

Die Kur ist natürlich in den meisten Fällen eine langwierige und muß immer nach den Umständen eingerichtet werden, wobei stets Sorge zu tragen ist, daß das Nervensystem des Kranken nicht durch zu starkes Schwitzen oder durch heftig erregende Brausen noch mehr geschwächt oder überreizt werde.

Aus den vorstehenden Andeutungen geht hervor, daß eine besondere Vorschrift über die Behandlung Epileptischer nicht gegeben werden kann, am allerwenigsten für Solche, bei denen das Übel von einem allgemein geschwächten Nervensysteme (infolge von Wollust, Trunk 2c. 2c.) oder von-

Fehlern im Gehirn, im Rückenmark ꝛc. ꝛc. herrührt, da hier kein Versuch ein gewisses Resultat verspricht und oft dem Einen das schadet, was dem Andern nützt.

Im Allgemeinen wird die Behandlung auf Kräftigung des ganzen Organismus Bedacht nehmen, und daher mit genauer Berücksichtigung der vorhandenen Lebenskraft in einem ihr angemessenen Grade beginnen müssen. Bei einer solchen Behandlung wird sich bei genauer Beobachtung der eigentliche Sitz und Charakter des Grundübels, wenn ein solches vorhanden ist, sehr bald erkennen lassen; diesem angemessen muß alsdann die Kur entweder wie sie begonnen fortgesetzt, oder nach Umständen abgeändert werden. Während der Anfälle selbst beschränkt sich Prießnitz einzig und allein auf die Entfernung der die freie Bewegung und das freie Athmen hindernden Kleidungsstücke, auf das Bespritzen, Waschen und Reiben des Gesichtes und der Gegend der Herzgrube mit frischem Wasser, soweit es die konvulsivischen Bewegungen (Muskelzuckungen) ohne Zwang möglich machen.

Während der Radikalkur haben sich plötzliche Begießungen oder Überschüttungen, kurze Brausen und Sturzbäder in einigen Fällen sehr wirksam erwiesen, wie überhaupt ein plötzlicher Eindruck auf die Nerven schon mehr als einmal die Heilung der Fallsucht bewirkt hat. So ward z. B. ein mehrere Jahre hindurch von der Epilepsie geplagter junger Mann, der sich dieselbe durch heftige Gemütsbewegung zugezogen, dadurch völlig geheilt, daß er einst, ziemlich betrunken nach Hause wankend, von einem schmalen Stege ins Wasser fiel, aus demselben wieder herauskroch, aber die Nacht hindurch naß auf dem Wege liegen blieb. Auch ist uns ein Fall bekannt, daß ein Kind, welches beim Naschen plötzlich von seiner nicht besonders zärtlichen Mutter überrascht wurde, und infolge des hierdurch erzeugten Schreckens epileptisch wurde, später dadurch geheilt wurde, daß plötzlich und unversehends eine Lokomotive dicht an der Patientin vorüberbrauste. Hierbei ist zu bemerken, daß der letzterwähnte Anlaß auch schon mehrfach die Ursache zur epileptischen Krankheit gewesen ist. Brandes erzählt in seinen Erfahrungen über die Anwendung der Kälte ꝛc. S. 115: „Ich riet einem jungen Manne, nachdem er viele Spezifika (also angeblich spezifisch, d. h. für bestimmte Krankheiten als besonders wirksam angewendete Mittel, wie sie die famose neuerdings aufgetauchte Sanjana-Heilmethode im großen industriellen Style zur Anwendung bringt) gegen Epilepsie vergebens versucht hatte, da seine ganze Konstitution sich zur Kachexie (schlechte Körperbeschaffenheit, bedingt durch Mangel an Lebenskraft oder durch fehlerhafte Mischungsverhältnisse der Säfte) neigte, täglich ein kaltes Bad in der Weser zu nehmen. Da die Witterung günstig schien, fragte er mich am Anfange des Winters wie lange er diese Bäder fortsetzen sollte. Solange sie Ihnen gut thun, war meine Antwort. Er nahm dies wörtlich und ließ sich am 1. Januar bei 21° Kälte eine Öffnung in das Eis hauen und nahm da sein Bad; er wurde mit einer Eiskruste bedeckt, befand sich aber vortrefflich darnach und blieb von seiner

Epilepsie befreit." Ferner berichtet Hufeland (praktische Übersicht der vorzüglichsten Heilquellen Deutschlands, 2. Auflage, Berlin 1820, S. 250) von einem würdigen Geistlichen, der, nachdem er fast alle Heilmethoden und „Mittel" gegen die Epilepsie fruchtlos erschöpft, durch den zweimaligen Gebrauch der Seebäder vollständig geheilt wurde.

Erbgrind, siehe Kopfgrind, vergl. Flechten und Grind.

Erbrechen. Während des Gebrauches einer Wasserkur kommen Ekel und Erbrechen häufig als kritische (also eine Wendung des Leidens zur Besserung bedeutende) Erscheinungen vor, und sind dann, wie unter dem Artikel „Gastrische Zustände" (siehe den Artikel) angegeben ist, zu behandeln; daneben kann auch durch kalte Klystiere nach unten abgeleitet werden, um die Ausleerung zu befördern und die Brust weniger anzugreifen.

Dem Erbrechen können zahlreiche Ursachen zu Grunde liegen, und je nach diesen hat dasselbe eine verschiedene Bedeutung; jenen Ursachen muß um so sorgfältiger nachgespürt werden, wenn das Erbrechen als selbständiges, chronisches Leiden auftritt. In allen Fällen ist eine streng geregelte, durchaus kühle Diät, besonders der Genuß frischen Wassers, ferner Umschläge und Sitzbäder sehr am Platze, wobei die Füße stets warm und der Leib offen gehalten werden müssen.

Wenn das Erbrechen eine Folge von Unmäßigkeit oder durch den Genuß von verdorbenen, oder überhaupt gesundheitswidrigen Speisen herbeigeführt worden ist, so läßt man ihm nicht nur freien Lauf, sondern befördert es noch durch sehr reichliches Wassertrinken. Wer beim Fahren im Wagen oder auf dem Wasser ꝛc. ꝛc. zum Erbrechen geneigt ist, der beugt ihm am besten vor durch eine mehrere Tage fortgesetzte strenge Diät, durch den mäßigen Genuß frischen Wassers, Sitzbäder, Klystiere und durch häufig zu wechselnde feuchte Leibumschläge auf die Magengegend vor.

Erfrierungen. So groß der Gegensatz zwischen Verbrennungen (siehe d. Art.) und Erfrierungen zu sein scheint, so ist er doch nur ein scheinbarer, da beide in ihrem Wesen sehr viel Ähnliches mit einander haben. In beiden Fällen leistet das kalte Wasser die vortrefflichsten Dienste; unter Umständen noch mehr der Schnee, wenn man ihn irgend haben kann. Mit Erfrorenen hantiere man vorsichtig, da die erstarrten Glieder leicht brechen. Ein erfrorenes Glied bedeckt man mit Schnee oder steckt es in eiskaltes, dem Gefrieren nahes Wasser, das man durch von Zeit zu Zeit in dasselbe geworfenes Eis oder Schnee auf seiner niederen Temperatur zu erhalten sucht, und läßt es solange darin, bis Wärme und Empfindung in demselben sich wieder einzustellen beginnen. Nachträglich braucht man das betroffene Glied nur noch einige Tage lang täglich mit recht kaltem Wasser zu waschen oder darin zu baden, oder auch mit Schnee abzureiben.

Die Wiederbelebung erfrorener Scheintoter durch die Anwendung von Schnee, hat sich schon seit den ältesten Zeiten bewährt. Man legt den Erfrorenen in einem kalten Raum in Schnee oder kaltes Wasser,

sodaß ihm nur die Nase und der Mund frei bleiben, und läßt ihn liegen, bis sich Leben zeigt. Abwechselnd kann man ihm die Brust mit Schnee, oder, wenn im Wasser liegend, den ganzen Körper abreiben; man muß jedoch, wie bereits erwähnt, dabei äußerst behutsam zu Werke gehen, damit nicht irgend ein Glied abbricht. Kommt der Kranke zu sich, so wird er in ein kaltes Bett, und zwar in einem nicht geheizten Zimmer, gelegt und mit wollenen Tüchern gerieben. Die kanadischen Wilden vergraben die Erfrorenen in Schnee und lassen sie über Nacht darin liegen. Gewöhnlich finden sie dieselben am Morgen wieder zum Leben zurückgekehrt. Auf jeden Fall vermeide man rasche Erwärmung. Sobald sich der Körper wieder erwärmt, künstliche Athmung (siehe d. Art.), Frottieren mit warmen Tüchern, warme Klystiere und erwärmende Getränke.

Zu den gewöhnlichsten und beschwerlichsten Folgeübeln leichter Erfrierungen gehören die Frostbeulen, die im gelinderen Grade in einer mäßigen roten Geschwulst bestehen, die Hitze und Jucken verursacht und unter der Behandlung mit kaltem Wasser bald gänzlich verschwindet. Bei stärkerem Grade ist die Geschwulst stärker, dunkler gerötet und der Schmerz äußerst heftig. Bei noch höherem Grade der Erfrierung bilden sich auf der Geschwulst kleine Bläschen, welche aufplatzen und alsdann einen offenen Schaden bilden und sich bei Vernachlässigung oder schlimmer Behandlung in ein böses Geschwür verwandeln können. Die Frostbeulen entstehen meistens durch plötzliche Erwärmung eines erkälteten Teiles, aber auch durch plötzliche Erkältung eines sehr erwärmten Teiles, und kommen daher am häufigsten an Teilen vor, die einem schnellen Temperaturwechsel am meisten ausgesetzt sind, wie die Nase, die Ohren, die Lippen, die Hände, am häufigsten aber die Füße. Wie bei der Verbrennung, so unterscheidet man also auch hier Grade, bei welchen die Rötung, die Blasenbildung, die Bildung eines Schorfes die charakteristischen Erscheinungen sind. Bei Erfrierungen leichteren Grades, d. h. wenn deren Folgen andauernd (chronisch) sind, bleiben die feinsten Blutgefäße andauernd erweitert, wodurch die Haut eine dunklere Färbung erhält. Daher kommt es auch, daß bei starkem Frostwetter, wodurch jene feinsten Blutgefäße sich wieder etwas verengern, die mit den Frostbeulen verbundenen Beschwerden — heftiges Jucken und Brennen — geringer werden, während sie beim Übergang vom Frost- zum Thauwetter heftiger hervortreten.

Selbst die strengste Kälte verursacht für sich allein nie wahre Frostbeulen, vor denen man sich am besten bewahrt, wenn man sich nicht zu warm kleidet, sich kalt wäscht, und aus der Kälte nicht sogleich in eine heiße Stube, wenigstens nicht an den heißen Ofen tritt, und gegen die kein Mittel so hilfreich ist, als das kalte Wasser. Man braucht den leidenden Teil des Tags nur einige Minuten in sehr kaltes Wasser zu tauchen, so verschwindet die Frostbeule sicher. In schlimmen Fällen wendet man Eis oder Schnee an, indem man den leidenden Teil mit Schnee abreibt oder von ganz kalten Bädern Gebrauch macht, indem man in denselben stark frottiert und nachträglich erregende Umschläge (siehe d. Art.) anwendet.

Wenn Gicht dabei im Spiele ist, müssen die Bäder unterbleiben und die Frostbeulen durch Umschläge und Schwitzen behandelt werden.

Das Aufspringen der Hände im Winter wird verhütet und geheilt, wenn man des nachts erregende Umschläge um dieselben trägt und sie des Morgens mit kaltem Wasser wäscht.

Erfrorene, siehe den vorigen Artikel.

Erhängte. Was die Wiederbelebungsversuche Erhängter oder durch verdorbene Luft oder durch vergiftete Luft Erstickter anlangt, so ist Folgendes zu beachten: Der Scheintote wird in frische, reine Luft gebracht, entkleidet und womöglich in ein Halbbad gesetzt und tüchtig feucht abgerieben, insonderheit die Gliedmaßen. Alsdann beginne man mit den Wiederbelebungsversuchen durch künstliches Athmen (siehe d. Art.). Nach einiger Zeit wird der Scheintote in ein Bett gebracht, Brust, Hals und Kopf mit einem kalten Umschlage bedeckt, ebenso wie die etwa gequetschten Stellen gelind zu reiben und mit Umschlägen zu belegen sind. Genügt dies noch nicht zur Wiederbelebung des Scheintoten, so muß das Verfahren wiederholt werden.

Erkältung. Die häufigste Ursache der Erkältungen ist der Übergang von trockener Hitze, wie sie die Luft unserer Zimmer durchgängig aufzuweisen hat, in feuchte Kälte, daher auch die häufigen Erkältungskrankheiten im Frühjahr und Herbst. Ferner ist ein durch Anstrengungen ermüdeter und erhitzter Körper, besonders wenn die Kleidung feucht ist, zu Erkältungen ebenso sehr geneigt, wie zu den mannigfachsten anderweitigen Erkrankungen. Die Leistungsfähigkeit der Haut sinkt in diesem Falle auf Null herab, ebenso wie bei Stubenhockern, welche mit der frischen Luft nur wenig in Berührung kommen, und bei sonstigen fortgesetzten Verweichlichungen. Durch Bewegung in frischer Luft, durch Flußbäder, durch Abreibungen des ganzen Körpers mit abgeschrecktem Wasser und einem Frottiertuch, ferner durch gymnastische Übungen wird die Thätigkeit der Haut in naturgemäßer Weise angeregt und fähig gemacht, Temperaturwechseln aller Art erfolgreich Widerstand zu leisten. Eine abgehärtete Haut kann sich niemals erkälten. Nur muß diese Abhärtung in allmählicher Steigerung der betreffenden Anwendungsformen erzielt werden und bei geschwächten, blutarmen Körpern Hand in Hand gehen mit einer milden, stärkenden Diät. Plötzlichen Erkältungen begegnet man am besten durch eine Schwitzpackung (nötigenfalls mit angelegten Wärmeflaschen) mit nachfolgender kräftiger Ganzabreibung des Körpers, Trinken heißer Getränke. Weiteres siehe unter den Artikeln: Die Anwendungsformen des Wassers, Abhärtung, Katarrh, Krankheiten infolge von Erkältung 2c.

Ernährung, s. Diät.

Erregung, s. Anwendungsformen der Naturheilkunde.

Erschlaffung, s. Abmattung, Hautkrankheiten, Kachexien und Nervenschwäche.

Erstickte, s. unter Erhängte.

Ertrunkene. Für die Wiederbelebung Ertrunkener gilt im Allgemeinen

das unter dem Artikel Erhängte Gesagte. Es ist vor allen Dingen nötig, den Scheintoten vollständig zu entkleiden; hierauf reinigt man Mund, Nase und Ohren von dem etwa eingedrungenen Schlamme, hüllt den Verunglückten in wollene Decken und bringt ihn in ein von allen Seiten freistehendes Bett. Alsdann ist die künstliche Athmung einzuleiten, jedoch insofern dabei vorsichtig zu verfahren, daß vieles Rütteln des Scheintoten vermieden, Kopf und Brust desselben hoch, die Beine dagegen tief zu lagern sind, und außerdem ist von Anfang an der ganze Körper mit wollenen, womöglich erwärmten Tüchern anhaltend zu frottieren. Das sogen. Stürzen der Ertrunkenen ist als schädlich zu unterlassen.

Erweichung des Gehirns — der Knochen — des Magens — des Rückenmarks — siehe die betr. Artikel.

Erweiterungen der Bronchien und Lungenbläschen des Magens — siehe die betr. Artikel.

Erysipel, s. Rose.

Erythem, s. Hautröte.

Eßgier, s. unter Magenleiden und Geisteskrankheit.

Exacerbation, s. Fieber.

Excitation, s. Nervenleiden.

Exostose, s. Knochenkrankheiten.

Exsudat, s. Entzündung.

Extravasat, s. Blutgefäßzerreißung.

Fadenwürmer, s. Würmer.

Falsche Krätze, s. Hautjucken.

Falsche Pocken, s. Pocken, unechte.

Fallsucht, s. Epilepsie.

Falten im Gesicht, s. Runzeln im Gesicht.

Faulfieber. Dasselbe besteht in einem anhaltenden Fieber, dessen Wesen auf einer Neigung zur Zersetzung und Verderbnis der Säfte beruht und nur selten als einfache und ganz selbständige Krankheit auftritt, sonst meist bei schwächlichen und geschwächten Menschen infolge anderweitiger gastrischer oder nervöser Krankheiten entsteht, doch überhaupt durch alles herbeigeführt werden kann, was die Kräfte hochgradig schwächt, und eine Neigung zur fauligen Zersetzung der Säfte hervorzurufen geeignet ist. Daher können faulende Stoffe in den ersten Wegen, verhaltener Harn, zurückgehaltene Reste des Mutterkuchens u. dergl. m. zu dessen Entstehung Veranlassung geben.

Zu den charakteristischen Kennzeichen desselben gehören: Große, brennende Hitze, kleiner, weicher, unveränderlicher Puls, sehr große Schwäche, fauliger Geruch des Athems, der Hautausdünstung, des Stuhlganges und des Harnes. Ferner erzeugen sich auf der Haut Petechien (kleine, blutrote Flecken), Striemen und Blutblasen; auch pflegen sich Blutungen aus der Nase, dem Munde, der Mutterscheide ꝛc. ꝛc. einzustellen, wobei ein sehr flüssiges, dunkles Blut entleert wird; der Leib ist aufgetrieben, es erfolgen übermäßige, oft unfreiwillige Stuhlentleerungen; der Harn ist

braun, die Schweiße sind klebrig und im höchsten Grade entkräftend, und hierzu gesellen sich noch dieselben Nervenzufälle wie beim Nervenfieber, nämlich Konvulsionen, Irrereden u. s. w. u. s. w. Die Krankheit ist unter Arzneibehandlung höchst gefährlich und dauert, wenn der Tod nicht früher eintritt, in der Regel 3—4 Wochen.

Wegen der ausgesprochenen Neigung zur Zersetzung des Blutes und der Säfte überhaupt ist ein durchaus kühles Verhalten unerläßlich notwendig, und deshalb ward auch schon in früheren Zeiten die Kälte als eines der wichtigsten Heilmittel erkannt; wie denn bereits van Swieten erwähnt, daß viele Faulfieberkranke einzig und allein durch kaltes Getränk geheilt; von anderen wurden kalte Begießungen angeraten, wovon Currie, Milins u. A. Anwendungen im Großen machten und die günstigsten Erfolge erzielten. Der reichliche Genuß von frischem Wasser ist daher überaus wichtig. Ebenso müssen die Speisen, wie überhaupt bei allen Fiebern, vollkommen abgekühlt gereicht werden, und desgleichen die Luft im Krankenzimmer vollkommen kühl sein. Außerdem sind kalte Waschungen mit abgeschrecktem Wasser und selbst kühle Halbbäder, die bei vorgeschrittener Krankheit in abgeschreckte zu verwandeln sind, erforderlich. Ferner sind nasse Umschläge auf die etwa besonders leidenden Teile, z. B. Drüsen, ferner Ganzpackungen des Körpers in nasse Leintücher, welche — je nachdem die Temperatur des Körpers es zuläßt, mehrmals zu wiederholen sind, und endlich auch kühle Sitzbäder in Gebrauch zu ziehen. Überdies empfiehlt Granichstädten mit Recht das ununterbrochene Ausspülen des Mundes mit kaltem Wasser als ungemein nützlich. — Vergl. Fieber und Nervenfieber.

Fehlgeburten. Ein berühmter Arzt empfiehlt gegen die Neigung zum Abortieren, also zu Fehlgeburten, einzig und allein das kalte Wasser. Und wir sagen: Er thut es mit vollem Rechte. Er sagt: Diejenigen Frauen, welche zu Fehlgeburten geneigt sind, finden bei dem inneren und äußeren Gebrauche des kalten Wassers eine sichere Hilfe zur Erhaltung ihrer Leibesfrucht, wenn der Grund des Mißgebärens in einer zu großen Reizbarkeit des Gebärorganes oder in einem heftigen Andrange des Blutes nach der Gebärmutter besteht und die Schwangeren bei reizbaren Nerven und erhitztem Blute (bedingt durch die moderne Ernährungs-**irrlehre**, daß nur Fleisch, Wein und Bier stärke und kräftige) außerdem noch heftigen Gemütsaffektionen ausgesetzt sind. In allen derartigen Fällen werden ihnen das fleißige Trinken von frischem Wasser und kalte Waschungen des Unterleibes die trefflichsten Dienste leisten. Man hat zahlreiche Beispiele, und schon Hahn führt deren welche an, daß Frauen, welche bereits mehrere Male Fehlgeburten hatten, durch Anwendung kühler und selbst kalter Bäder, welche sie während der ganzen Schwangerschaft anwendeten, so gekräftigt wurden, daß sie ihre Leibesfrüchte nicht nur vollständig austrugen, sondern auch gesunde und kräftige Kinder zur Welt brachten.

Die Ursachen der Fehlgeburt können dreierlei Art sein, denn 1.

können dieselben von der Mutter, 2. von der Frucht, und 3. können diese Ursachen auch von dem Eie selbst ausgehen. So kann z. B. das Ei, d. h. die Eihäute, welche die Frucht einhüllen, nachdem die Frucht schon frühzeitig abgestorben ist, sich in eine unförmliche Masse (eine Mole oder sogen. Mondkalb) umwandeln und im 3. oder 4. Schwangerschaftsmonate ausgestoßen werden. Außerdem können aber auch die Eihäute von Haus aus so dünn und brüchig sein, daß sie bei der geringsten Veranlassung bersten und zu einer Fehlgeburt Veranlassung geben.

Außerdem sind es (hämorrhoidale) Blutanstauungen im Unterleibe, heftige Erhitzung des Blutes durch Überanstrengung oder erhitzende (besonders auch scharf gewürzte) Speisen und Getränke, heiße Fuß- oder heiße Vollbäder, zu häufiger Beischlaf, welche leicht zu Fehlgeburten Anlaß geben können. Von mechanischen Ursachen sind es außer Krankheiten der Gebärmutter selbst (z. B. Lageveränderungen, Knickungen 2c.) hauptsächlich äußere Gewaltthätigkeiten, z. B. Fall, Schlag, Stoß auf den Unterleib, heftiger, tage- und wochenlang anhaltender Husten, stürmisches Erbrechen, Krämpfe, das Aufheben schwerer Lasten und das hoch (über den Kopf hinaus) Hinauflangen, ebenso wie übermäßiges Tanzen und Schnüren und endlich länger andauernde Stuhlverhaltung und überhaupt Hartleibigkeit, welche Anlaß zu Fehlgeburten geben können.

Alle die aufgeführten Ursachen führen aber immer nur dann zu einer unzeitigen Entbindung, wenn die sonstige Körperbeschaffenheit der Schwangeren: zarter, schwacher Körperbau, große Reizbarkeit des Nervensystems, eine üppige, verweichlichende Lebensweise, Unmäßigkeit, besonders im Beischlaf, häufiger und starker Monatsfluß, anhaltender weißer Fluß und dergleichen mehr zu gleicher Zeit besteht.

Unter Fehlgeburt (Abortus) versteht man den Abgang der Frucht vom ersten Monate bis Ende des siebenten Monats, innerhalb welcher Zeit eine geborene Frucht immer lebensunfähig zur Welt kommt, Früchte, die nach dem siebenten Monate der Schwangerschaft geboren werden, können, wenn auch mit großen Mühewaltungen, am Leben erhalten werden, vor allen Dingen durch eine gleich- und ebenmäßig einwirkende Brutwärme, die sozusagen durch künstliche Brütung das Versäumte einigermaßen nachholt. Fehlgeburten kommen am häufigsten im dritten und vierten Schwangerschaftsmonate vor, und zwar fast immer zu derjenigen Zeit, wo die Frau, wenn sie nicht schwanger gewesen wäre, ihre monatliche Reinigung bekommen haben würde.

Die einer Fehlgeburt vorhergehenden und sie ankündigenden Zeichen bestehen gewöhnlich in dem Gefühle von Schwere, Mattigkeit, Kälte und Erstarrung in den Gliedern, ferner in Kopfweh, Schwindel, Ohnmachten, blassem Aussehen und blauen Ringen um die Augen, Spannung und Anschwellung der Brüste, Schmerzen im Kreuz, das Gefühl von schmerzhafter Dehnung in der Lenden- und Leistengegend und wehenartigen Schmerzen im Unterleibe, häufiger Drang zum Wasserlassen (Uriniren) und Abgang einer wässrigen, übelriechenden Flüssigkeit oder aber von

Blut aus den weiblichen Teilen. Auch in solchen Fällen gelingt es noch bisweilen, die Katastrophe zu verhüten, wenn die Patientin alsbald eine wagerechte Körperlage einnimmt und sich mehrere Tage hindurch der größten Ruhe des Gemütes und des Körpers befleißigt, bis der drohende Unfall vorüber ist.

Das höchste Gebot bleibt jedoch: Durch ein kräftig nach der Haut hin ableitendes Verfahren, insonderheit auch durch kühle Abreibungen von Kreuz, Lenden, Unterleib und Oberschenkel nicht nur eine gesundheitswidrige Blutanhäufung und Blutanschoppung in den inneren Teilen des weiblichen Systems zu verhüten, sondern auch das weibliche System mit allem seinem Zubehör (Muskeln, Bänder, Nerven und Membranen aller Art) direkt zu kräftigen. Körperliche Thätigkeit ohne Überanstrengung ist ein Hauptgebot, weil durch eine derartige Bethätigung der Muskeln das Blut in wohlthätigster und gesundheitsdienlichster Weise aus dem Körperinnern nach den mehr an der Körperoberfläche hin belegenen Muskeln (der Mensch besitzt deren etwa 400) abgeleitet und dadurch die inneren Organe, mithin auch die inneren weiblichen Geburtsorgane von etwa bestehender Blutanhäufung befreit und entlastet, oder das Entstehen von Blutanschoppungen im weiblichen System verhütet wird. Es kann nichts Schädlicheres gedacht werden, als das viele Herumsitzen und Herumhocken schwangerer Frauen (man hat ihnen gesagt: sie sollen sich ja recht schonen!) bei einer stark oder gar üppig nährenden Lebensweise. Eine milde, reizlose Diät (s. d. Art.), viel Obst aller Art und der tägliche Genuß der frischen Luft sind die ersten Grundbedingungen, um derartige Unfälle zu verhüten, und wenn bereits eine „Neigung", d. h. die entsprechenden Grundursachen gegeben sind, auch diese zu beseitigen oder doch unwirksam zu machen.

Feigenmal. Dasselbe besteht in einer ein- oder mehrfältig vorhandenen kleinen Wucherung der Haut in feigenähnlicher Gestalt. Den Feigenmalen begegnet man gewöhnlich nur bei Männern und finden sich diese roten, glatten, bis erbsengroßen knötchenartigen Gebilde fast ausschließlich nur an behaarten Stellen des Gesichtes und des Kopfes. Mangel an Hautpflege, häufige Kongestivzustände, eine viel Staub verursachende Beschäftigung, aber auch der Genuß von sehr scharfen und stark gesalzenen Nahrungsmitteln und von erhitzenden Getränken, ebenso wie Blutanschoppungen im Unterleibe (in der Leber, Hämorrhoidalleiden, kurz: Unterleibsplethora) bilden gewöhnlich die Entstehungsursachen.

Tüchtiges Wassertrinken, Schwitzen und fleißiges Baden, neben Umschlägen (feuchte Kompressen) auf die betreffenden Stellen, bewirken gewöhnlich in kurzer Zeit vollständige Heilung, die auch von Bestand ist, wenn die Diät in vernünftiger, naturgemäßer Weise geregelt wird. Dampf- oder andere warme Bäder mit nachfolgender kalter Übergießung, können bei kräftigen Konstitutionen ebenfalls Heilung herbeiführen, wenn im Übrigen Zeit und Gelegenheit zu einer regelrechten Kur mangeln.

Feigwarzen. Unter Feigwarzen versteht man kleine, harte, hahnen-

kammförmige oder breite, linsen- bis pfenniggroße (und darüber), platt auf der Haut der Eichel, des Hodensacks, überhaupt der Geschlechtsteile, der Dammgegend (Mittelfleisch) oder der Umgebung des Afters aufsitzende Auswüchse, welche sich im Verlaufe der Syphilis bilden. Erstere entstehen gewöhnlich, wenn, wie bei Tripper, durch das herabfließende Wundsekret (eitriger Schleim) die erwähnten Hautpartieen öfter oder aber fortwährend benetzt werden; letztere entwickeln sich aus der Haut selbst, weil hierzu in dem mit syphilitischem Gift geschwängerten Blute die Entstehungsbedingungen gegeben sind. Die „spitzen" (hahnenkammförmigen) Feigwarzen werden gleich von vornherein am besten durch eine naturgemäße Behandlung des Leidens (s. d. Art.) insonderheit durch die in Anwendung kommenden Waschungen und Bäder, durch große Reinlichkeit und peinlichste Sauberkeit verhütet. Kalte Waschungen, örtliche Bäder, z. B. auch Sitzbäder mit brunnenfrischem Wasser machen derartige Neubildungen allmählich wieder verschwinden. Die breiten Feigwarzen syphilitischer Natur verschwinden dagegen erst mit der Lustseuche selbst (s. d. Art.).

Fettleibigkeit, Fettsucht. Das im sogenannten Zellengewebe der Haut enthaltene Fett wird oft bei Personen, welche Neigung dazu haben und dabei eine üppige Lebensweise führen, besonders viel Fleisch und Bier „vertilgen" und sich wenig Bewegung an der freien Luft machen, in sehr großen Mengen angehäuft und führt somit zur „Fettleibigkeit", während andererseits die Fettsucht schon mehr eine ursprüngliche krankhafte Veranlagung voraussetzt, eine eigentümliche Naturanlage, und deshalb auch ohne die oben erwähnten Ursachen auftreten kann. Nicht selten wird aber auch die Fett- oder Dickleibigkeit zu einer förmlichen Krankheit, welche die damit Behafteten vollständig unfähig zur Leibesbewegung und zur Verrichtung ihrer Geschäfte macht und zugleich zu Schlagflüssen und damit verwandten Übeln geneigt macht.

Wie schon eine frugale, einfache Diät, angemessene Leibesbewegung in der freien Luft, der fleißige, innerliche und äußerliche Gebrauch des Wassers (kalte Bäder 20—15° R.) und überhaupt die Vermeidung derjenigen Ursachen, welche die Fettbildung und Fettansammlung begünstigen, dem Überhandnehmen des Fettes entgegenwirken und das Übel, wenn es nicht schon gar zu weit vorgeschritten ist, zu beheben, so bewirkt eine vollständige, regelrecht durchgeführte Wasserkur in nicht allzulanger Zeit eine vollständige Heilung, auch wenn das Leiden bereits sehr tief eingewurzelt ist. So erzählt Dr. Munde in seiner Hydroptherapie (Lehrbuch der Wasserheilkunde, S. 239 ff.) eine merkwürdige Kur eines in Gräfenberg behandelten Falles von Fettsucht. Gewaltthätige Entfettungskuren, die recht schnell zu einem „staunenswerten Resultat" führen sollen, sind verwerflich, weil oft genug lebensgefährlich, indem durch allzuschnelle Beseitigung der angehäuften Fettmassen allzu plötzlich derjenige Druck von den Organen und insonderheit von den Blutgefäßen fortgenommen wird, den diese Fettmassen ausübten und dadurch die Stromverhältnisse des Blutes in so tiefgehender Weise beeinflußt werden, daß das Leben dabei

in Gefahr kommt, z. B. durch heftige Kongestionen nach dem Herzen und dem Gehirn, die zu Herz- oder auch zu Gehirnschlag führen können; ebenso werden die vorher von großen Massen Fester, also von Gekrösfett, umgebenen Eingeweide in ihren Lagerungsverhältnissen und ihrem Befestigtsein so tiefgehend und umfangreich beeinflußt, daß es leicht zu Senkungen und Vorfällen von Unterleibsorganen oder Teilen derselben (Netz, Darmschlingen), also auch zu Bruchschäden (Unterleibsbrüchen) führt.

Fettgeschwulst, s. Geschwülste.

Fettsucht, s. Fettleibigkeit.

Fettleber, s. Leberkrankheiten.

Fieber. Im schärfsten Gegensatze zur Medinheilkunde, welche das Fieber als einen Teil oder als eine Komplikation einer Krankheit oder gar als eine wirkliche Krankheit (Wechselfieber) betrachtet und dementsprechend behandelt, betrachtet die Naturheilkunde das Fieber vielmehr als einen Ausdruck des Kampfes des Lebens gegen diejenigen inneren oder äußeren feindlichen Einwirkungen, die das gleichmäßige, harmonische (also gesundheitliche) Zusammenwirken aller Lebensäußerungen und Funktionen des Organismus in dem Maße stören, daß sie das Leben beeinträchtigen oder selbst in seiner Existenz bedrohen.

Dieser Kampf kommt hauptsächlich im Blutgefäßsystem zum Austrag und übt einen außerordentlich beschleunigenden Einfluß auf den Stoffwechsel. Nun bilden ja die Blutbahnen, den Stoffwechsel anlangend, einen förmlichen Tauschmarkt des Lebens und den Betriebsfond für alle Lebensfunktionen, und wir dürfen uns daher nicht wundern, daß alle Funktionen und alle Lebensprozesse des Körpers mit in diesen allgemeinen Kampf verwickelt werden. Da dieser Kampf, das Fieber, ganz vorzugsweise in den Blutbahnen sich äußert, so kann das Fieber auch niemals ein örtliches Leiden sein, sondern immer und überall wird der Gesamtorganismus in Anspruch genommen. Jedes dem Leben plötzlich und feindselig entgegentretende Hindernis fordert, solange überhaupt Leben vorhanden ist, dieses zum Kampfe heraus, und zwar zu einem Kampfe, dessen Zweck die Entfernung oder die Besiegung dieses Hindernisses ist. Dieser Kampf wird um so gewaltiger sein, je bedeutender die den Organismus betreffende feindliche Einwirkung ist.

Der Grad und die Heftigkeit des Fiebers haben somit hauptsächlich in zwei Umständen ihren Grund, nämlich einerseits in dem Wesen des feindlichen Angriffs (der Erkrankung) und in der Heftigkeit, mit welcher der erkrankte Körper gegen die seinen Fortbestand in Frage stellenden oder doch das harmonische Gleichgewicht störende Angriffe und Einwirkungen ankämpft.

Die **Naturheilkunde** betrachtet daher das Fieber als das Bestreben der gesamten Lebenskraft, die feindlichen Angriffe auf die Gesundheit oder den Fortbestand des Gesamtorganismus oder auf irgend einen Teil desselben unschädlich zu machen, oder mit anderen Worten: die Krankheit zu heilen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

So segensreich nun auch die Wirkungen des Fiebers für die Wiedererlangung der Gesundheit sein können, so verderblich müssen sie da werden, wo das Fieber seinen Zweck, die Entfernung der krankmachenden Ursachen, nicht zu erreichen vermag oder wo man den Heilbestrebungen der Natur durch „fieberwidrige" Mittel, die das Fieber als das eigentliche Krankheitsübel bekämpfen, entgegentritt. Jenes Mißlingen des in dem Fieber gegebenen Selbstheilvermögens im erkrankten Organismus ist entweder in dem Wesen der krankmachenden Ursachen oder in dem Zustande der Lebenskraft (z. B. Schwächung oder Erschöpfung derselben) zu suchen. Denn niemals wird eine Krankheit gründlich geheilt werden können, wenn die Lebenskraft nicht mehr im Stande ist, einen Kampf, wie das Fieber es ist, glücklich durchzukämpfen.

Aus dem Gesagten ergiebt sich die hohe Bedeutung und praktische Wichtigkeit einer naturgemäßen Behandlung des Fiebers behufs Heilung von Krankheiten aller Art.

Es hat nun die Erfahrung gelehrt, daß bei einer fieberhaften Krankheit sich eine bestimmte Reihenfolge in dem Auftreten gewisser Erscheinungen, sowie in den Zeiträumen ihrer Dauer und Wiederkehr während ihres Verlaufes geltend mache. Hierauf hat man den Verlauf in gewisse Stadien oder Zeiträume, die jede fieberhafte Krankheit in ihrer Entwickelung durchmacht, eingeteilt. Man spricht daher in diesem Sinne von Vorboten des Fiebers, von einer Zunahme und von einem Gipfelpunkte, von einer Abnahme und von einer kritischen Wendung (Krise=Entscheidung) desselben zur Besserung. Wenn nun auch die Einteilung der verschiedenen Fieberarten in aussetzende oder Wechselfieber, in anhaltende und nachlassende (remittierende), in regelmäßige und in unregelmäßige Fieber 2c. in theoretisch wissenschaftlicher Beziehung nicht blos recht interessant ist, sondern auch für die Lehre von den Krankheiten (Pathologie) ihre volle Berechtigung hat, so sind dieselben jedoch für die Praxis der Naturheilkunde von ungleich geringerem Wert.

Die naturgemäße Behandlung fieberhafter Krankheiten unter Anwendung des Wasserheilverfahrens zielt jeder Zeit vor allen Dingen darauf ab, die Folgewirkungen des Fiebers, und zwar in erster Linie die hohe Temperatur des Blutes zu mäßigen, im Übrigen jedoch die Heilbestrebungen der Natur sich möglichst frei und unbehindert bethätigen zu lassen, und kommt es hierbei hauptsächlich auch darauf an, den Verlauf in einem gleichmäßigen Fortgang zu erhalten. Schon allein die eine Thatsache, daß sich unter Anwendung des Wasserheilverfahrens die Fiebersymptome nie zu einer gefahrbringenden Höhe steigern, ist unantastbar und kann nicht weggeleugnet werden. Die Thatsache wird für alle Zeiten ihren unschätzbaren Wert für die Wissenschaft und noch weit mehr für das Wohl der Menschen behalten.

Von großer Bedeutung auf den Verlauf des Fiebers ist das zeitige Eingreifen, durch welches nicht nur die Zeit des Fieberfrostes und der Fieberhitze verkürzt und erleichtert, sondern der Fieberverlauf auch im

ruhigen Fortschreiten erhalten und die kritische Entscheidung erleichtert und in mildester Weise eingeleitet wird. Die Behandlung des Fiebers an sich durch das Wasserheilverfahren ist hauptsächlich ein entzündungswidriges und zugleich besänftigendes und, wo nötig, ein ableitendes Verfahren, dem sich weiterhin das kräftigende Verfahren anschließt.

Wie schon bemerkt, steigern sich die Symptome bei einer derartigen Behandlung nie zu einer gefahrbringenden Höhe. Dagegen wird der ganze Verlauf des Fiebers ein mehr geregelter, gleichmäßiger, und selbst in solchen Fällen, wo durch die Anwendung von zu kaltem Wasser alle Fiebererscheinungen einen bedeutenden Grad von Heftigkeit erlangt hatten, wird bei einem konsequenten, mit Bewußtsein und Sachkenntnis geleiteten Verfahren der Fieberverlauf bald wieder in einen regelrechten, naturgemäßen Gang gebracht.

Die Vorhersage (Prognose) hängt bei der Wasserbehandlung des Fiebers vorzugsweise von dem Grade der vorhandenen Lebensenergie und von dem Kräftezustande des Kranken überhaupt ab. Ist erstere noch nicht schon überaus tief gesunken, so lautet dieselbe in der Mehrzahl der Fälle durchaus günstig, und gestaltet sich um so günstiger, wenn das Wasserheilverfahren gleich von Anfang an angewendet wurde, weil bei zeitigem, jedoch nicht übereiltem Eingreifen alle etwaigen Komplikationen (Verwickelungen) nie den das Leben bedrohenden Grad der Heftigkeit erreichen, als bei jeder anderen Behandlungsart. Gegenwärtig wird aber meist erst dann zur Wasserbehandlung gegriffen, wenn alle Krankheitserscheinungen aufs höchste gestiegen sind, die Anwendung von Arzneimitteln nichts mehr zu hoffen übrig läßt und der Kranke bereits von den Ärzten aufgegeben worden ist.

Ein weiterer Vorzug des Wasserheilverfahrens liegt darin, daß es gleich von Anfang an, also noch bevor die Diagnose „gesichert" ist, und zwar mit größtem Vorteil angewendet werden kann, während das Medizinheilverfahren erst dann seine „spezifischen" (für jede Krankheit besonderen) Mittel anwenden kann, wenn sie den Namen der Krankheit weiß.

Ist der Kranke im Besitze eines genügenden Kräftevorrates, um eine kraftvolle Gegenwirkung (Reaktion) erwarten zu dürfen, so wird derselbe, wenn die Erkrankung mit einem Fieberfroste beginnt, entweder in ein abgeschrecktes Halbbad gebracht, oder aber, wo dies die Verhältnisse nicht gestatten, einer Ganzabwaschung mit abgeschrecktem Wasser unterworfen, die unter allen Umständen ausführbar ist und sich deshalb für die Alltagspraxis am allerbesten eignet. In dem Halbbade (von 15 bis 20 ° R.) wird der Kranke unter kräftigem Reiben des Rückens, des Unterleibes und besonders der Gliedmaßen, ab und zu mit aus dem Bade zu schöpfendem Wasser über den Nacken tüchtig begossen, bis der Fieberfrost zu weichen beginnt und dem Kranken wohler wird. Durch dies gleich anfangs anzuwendende Verfahren wird der Fieberanfall in den meisten Fällen gebrochen oder doch abgekürzt und die Haut gut

vorbereitet, um bei Ausbruch von Schweiß oder anderen kritischen Erscheinungen, die dem Hitzestadium folgen, gehörig sich zu bethätigen. — Nun wird der Kranke unter kräftigem Reiben mit der nassen Hand oder einem rauhen Handtuch abgetrocknet und zu Bett gebracht. Sobald sich die Fieberhitze entwickelt, wird er in ein nasses Linnen (Betttuch) geschlagen und ist diese Prozedur so oft zu wiederholen, als ihm die Hitze lästig zu werden beginnt, und bis nach Ermäßigung der Fieberhitze ein milder Schweiß sich einstellt, der den Beginn der Krisis anzeigt. In der Einpackung läßt man den Kranken je nach Umständen längere oder kürzere Zeit (jedoch immer nur einige Stunden) schwitzen und unterstützt die Schweißbildung durch häufige Verabreichung von kühlem Wasser, doch nicht über das Begehren des Kranken hinaus. Hat ein entsprechender Schweißerguß stattgefunden, so ist ein Halbbad oder eine Ganzwaschung mit abgeschrecktem Wasser angezeigt, um die Haut zu stärken und zu kräftigen und anhaltende und dadurch erschöpfende Nachschweiße zu verhindern. Bei einem erneuten Fieberanfalle (z. B. bei einem Rückfalle) ist dasselbe Verfahren zu wiederholen, doch ist es in solchem Falle ganz besonders angezeigt, nicht zu niedrig temperiertes Wasser, sondern mildere Temperaturen (18—22 ° R.) anzuwenden. — Ist die Behandlung der Fieberperiode beendet und fühlt sich der Patient, den Verhältnissen angemessen, gekräftigt, so genügt es, wenn die Haut unter trockener Bedeckung (wollene Decken) beständig leicht dunstet, ohne in eigentlichen Schweiß zu kommen.

Erscheint es ratsam (z. B. bei großer Kraftlosigkeit des Patienten oder bei hochgradiger nervöser Erregung), gleich bei Beginn der fieberwidrigen Behandlung von der Anwendung von Bädern abzusehen, so beginnt man die Behandlung sogleich mit Ganzwaschungen und nassen Leintüchern. Die Ganzwaschungen haben den großen, in der ärztlichen Praxis außerordentlich hoch anzuschlagenden Vorteil, daß dieselben jederzeit, auch bei beschränktesten Verhältnissen, leicht ausführbar sind. Auch die Einpackungen in nasse Leintücher verlangen weit mehr fremde Beihilfe, zumal bei schweren und dabei sehr kraftlosen Patienten.

Was während der Behandlung des Fiebers an anderweitigen Maßnahmen, z. B. an örtlichen oder ableitenden kalten Überschlagen, Neptunsgürtel ꝛc., z. B. gegen heftige Kongestionen nach irgend einem Organe, gegen Erbrechen oder Durchfall notwendig wird, richtet sich nach den jeweiligen Umständen. Ebenso werden kalte Klystiere vortreffliche Dienste leisten, wenn das Fieber die Begleiterscheinung einer Unterleibsentzündung ist.

Von ganz eminenter Bedeutung ist der Genuß von frischem, kaltem Wasser in der Fieberperiode, hinsichtlich des Stoffwechsels, der bei jedem fieberhaften Zustande wesentlich erhöht ist. Die schnelle Abnahme des Körpergewichts erklärt sich aus dem großen Verbrauch von Körpersubstanzen. Um nun diese verbrauchten, durch eine wesentlich vermehrte Oxidation (chemische Verbrennung) verbrannten Stoffe (Gewebsbestandteile), die sog.

Gewebsschlacken, aus dem Körper durch die Nieren in flüssigem, und durch Lunge und Haut in luftförmigem Zustande wegzuführen, sind besonders reichliche Mengen von Wasser notwendig, ganz abgesehen davon, daß durch die erhöhte Bluttemperatur eine vermehrte Wasserverdunstung an sich durch Lungen und Haut stattfindet. Bei allen entzündlichen und noch manchen anderen krankhaften Prozessen ist das Wasser ganz besonders berufen, eine große Rolle zu spielen, weil es die vorhandenen Störungen in der Blutzirkulation durch Verdünnung des Blutes und durch seinen Flüssigkeitsdruck wesentlich zu verringern oder selbst vollständig aufzuheben im Stande ist. Die vorzüglichsten Dienste leistet es jedoch bei der Behandlung des Fiebers dadurch, daß es, große Wärmemengen aus dem Körper schaffend, dem gefährlichsten Notzustande, der hochgradigen, das Leben bedrohenden Fiebertemperatur des Blutes entgegenarbeitet.

Ist das Nervensystem in besonders hohem Maße in Mitleidenschaft gezogen (nervöses Fieber), so ist die Anwendung von nassen Leintüchern, die beruhigend und besänftigend auf das Hautleben einwirken, jeder anderen Wasseranwendungsform vorzuziehen, da das kalte Wasser zu sehr erregend auf das schon an sich hochgradig in Mitleidenschaft gezogene, und deshalb höchst reizbare Nervensystem wirkt.

Sobald der fieberhafte Zustand behoben ist, tritt das stärkende Verfahren in seine Rechte, bei welchem eine angemessene Diät (leicht verdauliche und dabei kräftige Speisen, s. d. Art.) eine Hauptrolle spielt; jedoch ist ein allmählicher Übergang von dem entzündungswidrigen zu dem stärkenden Verfahren geboten oder doch zum Mindesten sehr zu empfehlen.

Kein Gegenstand ist für die Therapie, also für die Krankenbehandlung, von größerer Wichtigkeit als das Fieber, welches die größte Mehrzahl von plötzlich und heftig auftretenden (akuten) Krankheiten, denen der menschliche Körper unterworfen ist, einleitet oder während des ganzen Krankheitsverlaufes eine Begleiterscheinung der Krankheit bildet. Hören wir, wie klar und einfach sich Dr. Munde (Hydrotherapie S. 33 ff.) ausspricht. Er sagt daselbst: „Jeder Kampf der Natur, um innere oder äußere Schädlichkeiten, die der Integrität (Unverletztheit, d. h. der noch völlig ungestörten Gesundheit) des Menschen Gefahr drohen, zu entfernen, ist eine abnorme Anstrengung derselben, welche sich entweder auf den angegriffenen Teil beschränkt oder den gesamten Organismus zu Hilfe ruft." — Gewiß ist es so. Wenn ein Fiebertumult im lebenden Organismus entsteht, so bedeutet dies gleichsam eine allgemeine Allarmierung sämtlicher vorhandenen, dem Körper eingeborenen Heilkräfte, um dieselben in erhöhtem Maße zu bethätigen, gleichsam mit Hochdruck arbeiten zu lassen, um auf diese Weise der Krankheit Herr zu werden, d. h. die gestörte Einheitigkeit und Harmonie aller Lebensgeschehnisse wieder herzustellen. „Das alsdann," sagt ferner Dr. Munde, „stattfindende Sammeln der Kraft in sich (Fieberfrost), den entstehenden hitzigen Kampf gegen die Schädlichkeit (Hitze) und die zuletzt erfolgenden, kritischen Ausscheidungen (Krise-Wendung)

in Gestalt von Schweiß, Harn, durch den Stuhlgang oder in Form von kritischen Hautausschlägen ꝛc. ꝛc., nennen wir Fieber."

Das Fieber ist also nichts anderes, als der auf den höchsten Punkt gestiegene Kampf des gesamten Organismus, um Schädlichkeiten aus dem Körper zu entfernen und die gestörte Harmonie wieder herzustellen. Es ist daher auch gewöhnlich bei Krankheiten, in deren Verlauf es auftritt, der entscheidende Wendepunkt, von dessen Ausgang nicht selten Gesundheit oder Tod abhängen. Das Fieber ist also nicht, wie es gewöhnlich aufgefaßt wird, eine Krankheit, als vielmehr ein Mittel, um eine Krankheit zu heben; **es ist die stärkste und allgemeinste Reaktion** (Gegenwirkung des Organismus) **gegen den Krankheitsstoff.** Daher war es auch schon prinzipiell (grundsätzlich) ein schwerer Fehler der allopathischen Schule, das Fieber durch Blutenziehungen (Aderlässe) und gegenwärtig durch fieberwidrige Mittel aller Art (z. B. durch Chinin, Antifebrin und Antipyrin) unterdrücken zu wollen, weil dadurch der Kampf der Natur gegen die eigentlichen Krankheitsstoffe verhindert oder aber doch so schwer beeinträchtigt wird, daß der Kranke, weil ununterstützt von seiner nunmehr lahm gelegten Natur, entweder zu Grunde geht oder die von Haus aus hitzige, akute, also schnell verlaufende Krankheit in langwieriges (chronisches) Siechtum überzugehen gezwungen wird.

Aus allem Gesagten wird ersichtlich, daß es sich bei der Behandlung des Fiebers vor allen Dingen darum handelt, die Natur in diesen ihren Heilbestrebungen zu unterstützen, nicht aber unterdrücken zu wollen. Man muß daher alle Ausscheidungen aus dem Organismus in jeder nur erdenklichen Art und Weise zu begünstigen suchen und die heftige Gegenwirkung (Reaktion) des fiebernden Organismus, wenn sie zu hochgradig wird und dadurch edlen (inneren) Organen Gefahr droht, nach minder leicht Schaden leidenden Organen (nach der Haut), also überhaupt nach der Körperoberfläche (wo alles Auszuscheidende, auch die Wärme, am leichtesten ausgeschieden werden kann) abzuleiten. Beim Wasserheilverfahren geschieht dies nun durch die entsprechenden Anwendungsformen desselben, nämlich durch kühle Halbbäder, durch kühle Ganzwaschungen, durch Einhüllungen des Kranken in feucht-kühle Leintücher (sog. Ganzpackungen) ꝛc. ꝛc., wobei es geschieht, daß die Haut nicht allein zum eigentlichen Tummelplatze der Gegenwirkung des Organismus, der kritischen Ausscheidungen desselben (Hautausdünstung und Schweiß) wird, sondern auch auf dieser großen Fläche durch die entsprechenden Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens die größten Wärmemengen, also das Übermaß von „Hitze" mit wissenschaftlicher Sicherheit, d. h. mit Vorausberechnung des Erfolgs, entzogen wird.

Fingerwurm, s. Nagelgeschwüre.

Finnen, Kupferausschlag. Dieser das Gesicht sehr entstellende Ausschlag befällt nur Erwachsene. Derselbe kann sowohl auf einer fehlerhaften Säftemischung beruhen, oder auch, was weit öfter der Fall ist, als Folge einer schwelgerischen oder wollüstigen Lebensweise auftreten. Beim weiblichen

Geschlecht zeigt es sich öfters infolge von Störungen der Menstruation, während der Schwangerschaft 2c.

Wenn irgend welche geheime Sünden, begangen wieder die Gesundheit (Onanie), die Ursache ist, so werden natürlich auch die Folgewirkungen, d. h. der in Rede stehende Ausschlag nicht eher verschwinden können, bis nicht die üblen oder gar lasterhaften Gewohnheiten aufgehört haben. Im Übrigen genügen: der fleißige Gebrauch von kühlen Abreibungen und Bädern, verbunden mit energischer Körperbethätigung, besonders im Freien, und eine Monate lang fortgesetzte strenge, dabei milde und reizlose Diät. Die Kur, unterstützt durch Leibumschläge (eine Nacht um die andere), muß mit Ernst und Energie begonnen und mit Geduld und Ausdauer zu Ende geführt werden.

Finnen. Über diese bei den Schweinen weitverbreitete Krankheit, deren Ursache, die Finnen, durch den Genuß von finnigem Fleische, auch auf den menschlichen Organismus übertragen werden können, wo sich dieselben alsdann in anderer Form (als Eingeweidewürmer) weiter entwickeln, berichtet schon einer der ersten und ältesten Vertreter des Wasserheilverfahrens, Professor Örtel (Anweisung zum heilsamen Wassergebrauch für Menschen und Vieh, S. 290), indem er die bisher übliche unreinliche Behandlung und Fütterung der Schweine, ihren Aufenthalt in dumpfigen, heißen Ställen 2c. 2c. mit Recht tadelt und diesen Mängeln allein die Krankheit zuschreibt: „Man gebe unseren zahmen Schweinen nur erst reines und gesundes Futter, sowie reines, frisches Brunnenwasser; man übergieße von Zeit zu Zeit die Tiere mit frischem Wasser und halte sie in geräumigen, trockenen, schattigen, aber nicht stockfinsteren Ställen, die fleißig gereinigt werden müssen; man lasse sie, wenn irgend möglich, öfters an die frische Luft; man nähre sie nicht mit aashaften Abfällen und gebe ihnen nichts Fauliges zu saufen, kurz, man ziehe sie nicht geflissentlich säuisch, sondern naturgemäß auf, dann wird man auch von keinen Finnen mehr hören."

Fischhaut. Dieselbe, bestehend in einem angeborenen, eigenartigen Zustande der Haut, die alsdann kleinere oder größere Hornhautplatten oder Plättchen, in der Größe und Form von Fischschuppen aufweist, kann in allen Fällen gebessert und in zahlreichen Fällen durch Schwitzen in feuchten Leintüchern geheilt werden.

Fisteln. Diese röhrenartigen Ausführungsgänge alter, eiternder, in der Tiefe liegender Gebilde (z. B. Knochen, Drüsen 2c.) erfordern dieselbe volle Wasserkur, wie alle chronischen Geschwülste, und sind hierbei in allererster Linie, wenn es nur irgend angeht, allgemeine, oder noch besser, örtliche Bäder in Gebrauch zu ziehen und neben einer entsprechenden milden und reizlosen, dabei aber nahrhaften Diät (s. d. Art.) ableitende Ganzeinhüllungen des Körpers anzuwenden. Vergl. Skrofeln und Syphilis. Ein derartiges Hohlgeschwür (Fistel) bedarf lange Zeit hindurch fortgesetzter Ausspritzungen oder Douchen mit kühlem Wasser und kühle Waschungen der Umgebung.

Flechten. Wie alle übrigen Hautkrankheiten, sie mögen Namen und Entstehungsursache haben, welche sie wollen, durch kein einziges anderweitiges Heilverfahren sicherer, schmerz- und gefahrloser geheilt werden können, als durch das arzneilose, naturgemäße Heilverfahren, d. h. durch eine entsprechende Diät- und Wasserkur, so auch die Flechten. Nach ihrer äußeren Form pflegt man sie in: Gries-, Kleien- und Mehlflechten, in trockene und nässende Flechten, in Schuppen-, Borken- und fressende Flechten einzuteilen, jedoch hat diese Einteilung mit der Heilung absolut nichts zu thun, da alle diejenigen Flechten — und das ist die bei weitem größere Mehrzahl —, welche nicht durch parasitäre, also durch pflanzliche oder tierische Schmarotzer hervorgerufen werden, nicht das sind, als was sie gewöhnlich aufgefaßt und behandelt werden, nämlich **örtliche** Leiden, sondern ihre Entstehung einer fehlerhaften Säftemischung verdanken.

Sämmtliche Arten von Flechten, die nicht ansteckend, wohl aber erblich sind, hängen insgesamt von mehr oder weniger umfangreichen Störungen in den Verdauungswerkzeugen, oder auch, wie beim weiblichen Geschlecht, von Störungen in der Menstruation (erschwerte oder verminderte monatliche Reinigung) ab.

Jene infolge von Störungen in den Verdauungswerkzeugen erzeugten „schlechten Säfte" oder durch erschwerte und mehr oder weniger verhaltene Menstruation im Körper zurückgehaltenen, auszuscheidenden Stoffe sind es nun, welche durch eins der wichtigsten und leistungsfähigsten ausscheidenden Organe, nämlich durch die Haut, und zwar in den verschiedenartigsten Formen von Hautausschlägen, zur Ausscheidung aus dem Körper gelangen.

In den allermeisten Fällen ist eine volle Diät- und Wasserkur nötig und muß dieselbe unter Umständen in allen Graden durchgeführt werden. Besonders schwer werden natürlich diejenigen Flechten zu heilen sein und unter Umständen eine langandauernde Kur erfordern, wo die Säfteverderbnis eine ganz allgemeine und tiefwurzelnde ist, z. B. bei skrofulöser Anlage oder vielmehr bei skrofulöser Säfteverderbnis und bei Durchseuchung des Körpers mit Syphilis oder die Konstitution zerrüttenden Arzneistoffen (wie z. B. durch Quecksilber 2c.). Es liegen jedoch zahlreiche Beispiele vor, daß selbst bei sehr bösartigen Übeln dieser Art, z. B. bei bösartigen, fressenden Flechten bereits nach einigen Monaten völlige Heilung erzielt wurde.

Das Hauptverfahren, welches bei einer erfolgversprechenden Behandlung von Flechten in Betracht kommt, ist das allgemein kräftigende (s. d. Art.) und das umstimmende Heilverfahren (s. d. Art. Die Anwendungsformen des Naturheilverfahrens unter „Naturheilverfahren"). Schon allein der Umstand, daß der Ernährungszustand solcher, die schon längere Zeit an hartnäckigen Flechten leiden, ausnahmslos sehr viel zu wünschen übrig läßt, d. h. entweder ein sehr mangelhafter und unzulänglicher ist, ferner, daß oft schon die Hautfarbe und die sonstige Hautbeschaffenheit, ebenso das Gedunsene, was die letztere oft auszeichnet,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

eine fehlerhafte Mischung der Säfte vermuten läßt, beweisen, daß das Grundleiden in den Ernährungswerkzeugen seinen Sitz hat. In der That ist es uns auch im Laufe der Zeit aufgefallen, daß Flechtenkranke insgesamt eine eigentümlich belegte oder doch verschleierte Zunge haben, die gewöhnlich das Aussehen der Zunge Desjenigen hat, der Milch getrunken hat. In den allermeisten Fällen liegt gewöhnlich in den Verdauungsorganen ein Zustand, wenn auch geringeren Grades, vor, den man als Verdauungsschwäche bezeichnen möchte, die mehr nervöser Natur ist.

Es traten gerade in der letzten Zeit eine Anzahl äußerst interessanter Fälle von Flechten an uns heran und unter diesen ein Fall, der die Abhängigkeit der Flechten von der Beschaffenheit und der abnormen Funktion der Verdauungswerkzeuge bis zur Evidenz und zwar durch das Experiment beweist. Ich habe denselben Fall bereits in Nr. 12 (Jahrgang 1888) meiner Zeitschrift „Natur- und Volksarzt", S. 48, zur Sprache gebracht. Es handelte sich nämlich in dem in Rede stehenden Falle um einen Herrn H. von hier, der bereits seit Jahr und Tag sich mit einer stark verschorften und nicht minder stark nässenden Flechte herumschleppte und zwar in Anbetracht seines Berufs (ein vielfrequentierter Friseur) zu seinem größten Leidwesen. Der genannte Herr hatte schon alles mögliche dagegen angewendet, jedoch alles ohne Erfolg. Als der Patient meinen Rat in Anspruch nahm und ich mich über seine Zunge und über den Zustand seiner übrigen Verdauungsapparate unterrichtet hatte, war ich vollkommen überzeugt, daß es sich um abnorme Verdauungsvorgänge handle, infolge deren sich gewisse krankhafte Nebenprodukte, sog. „unreine Säfte", wie der Volksmund sie sehr treffend nennt, bildeten, in das Blut aufgenommen und aus diesem als Unreinigkeiten in Form jener nässenden Flechte ausgestoßen wurden. Da der Patient, eine überaus kräftige, üppig genährte Persönlichkeit, zu den Vielessern gehörte und bei seinen häufigen und reichlichen Mahlzeiten, nicht nur zu wenig Körperbewegung hatte, sondern auch viel zu gering und unregelmäßig ausleerte, so war ich der Ansicht, daß es vielleicht schon genügen möchte, um dem Flechtenübel beizukommen, wenn die gesamten Verdauungswerkzeuge und insonderheit auch die Leber zu einer erhöhten und energischen Thätigkeit gebracht werden könnten, wodurch nicht allein die Verdauungssäfte in hinreichender Menge und in besserer Qualität abgesondert werden würden, sondern auch die Ausleerungen des Darmkanals regelmäßiger, energischer und vollkommener von Statten gehen würden.

Es wurden nun gegen das Flechtenübel örtlich nur Handbäder und feuchte, erregende Einhüllungen verordnet; die Hauptsache war, zu zeigen, was hier die Massage der Leber und überhaupt des gesamten Verdauungsapparates, zu leisten im Stande sei. Mein Vertreter, Herr Schönenberger, massierte nunmehr Leber und den übrigen Verdauungsapparat so erfolgreich, daß innerhalb 8 Tagen alle nässenden Stellen und Verschorfungen an den Händen des Patienten verschwunden waren. Mit jedem Tage während der Massage änderte sich auch die Gesichtsfarbe des

Patienten, indem sein gelblich grauer Taint einer gesunden reineren und frischeren Hautfarbe wich und die Ausleerungen des Darmkanals an Promptheit und Regelmäßigkeit nichts zu wünschen übrig ließen. Jetzt glaubte der Patient schon einigermaßen an die Heilwirkung dieser merkwürdigen Kur, bei welcher durch Massage des Unterleibes ein Übel der Hände beseitigt wurde. Er sollte nochmals zu der Überzeugung kommen, daß Flechtenübel ihren Brutherd in den Verdauungswerkzeugen haben, denn nachdem er, in dem Glauben, jetzt werde alles von selbst wieder gehen, sich wieder Diätfehler und anderweitige Unregelmäßigkeiten betreffs der Nachtruhe zu Schulden kommen ließ, trat das Flechtenübel sofort wieder in seinem ganzen Umfange auf, sodaß wir uns gezwungen sahen, das Übel durch Massage nur unter der Bedingung zum zweiten Male zu heilen, daß sich der Patient verpflichte, seine Diät und sonstige Lebensweise in etwas zu reformieren.

Flechtengrind (grindiger Ausprung des Gesichts). Dieser oft schon Säuglinge befallende Ausschlag ist stets ein Zeichen von einer hochgradigen Entmischung, also von einer schlechten Beschaffenheit der Säfte und rührt am häufigsten von Krankheiten der Eltern, namentlich von in früherer Zeit überstandener Syphilis, Tripper, weißer Flüsse, Flechten u. dergl. m. her. Es ist hierbei die erste Aufgabe des Beratenden, den Betreffenden, oder wo es sich um noch ganz jugendliche Patienten handelt, die Angehörigen darauf aufmerksam zu machen, daß nicht die örtliche Erscheinung, das örtliche Leiden das eigentliche Grundleiden ist, wie noch allgemein geglaubt wird, und in welchem Glauben die Betreffenden durch die Maßnahmen der Allopathie, die immer örtlicher Natur sind, bestärkt werden. Sie müssen dahin belehrt werden, daß gerade durch diesen örtlichen Krankheitsprozeß diejenigen krankhaften und schädlichen Stoffe aus dem Körper entfernt werden, welche das eigentliche Grundleiden bilden und daß diese Ausscheidung und Ausstoßung wohl begünstigt und unterstützt werden müsse, auf keinen Fall aber unterdrückt werden dürfe und daß das vorübergehende Zu- und Abheilen schon insofern keinen Nutzen habe, weil, solange auszuscheidende, schädliche Stoffe vorhanden, der örtliche Ausscheidungsprozeß (Ausprung) immer wieder von neuem auftreten werde, oder, wenn gewaltsam durch heftige Gegenmaßnahmen unterdrückt, sich jene krankhaften Stoffe auf innere, edle und lebenswichtige Organe (z. B. das Gehirn, die Lungen 2c.) werfen und dadurch das Leben in Gefahr bringen oder sogar vernichten können (z. B. durch die sogen. tuberkulose Basilarmeningitis, eine Gehirnhautentzündung, die nur an der Grundfläche des Gehirns auftritt und bei welcher sich kleine, knötchenförmige, hirsekorngroße Ausschwitzungsprodukte (Exsudate) in den feinen, zarten Hirnhäuten bilden durch krankhafte Prozesse, welche das Lungengewebe zerstören oder veröden machen). Eine beeiferte Hautpflege, täglich ein warmes Bad von 27 ° R. und eine nachträgliche feucht-kühle Abreibung (24 ° R.) der Haut sind in solchen Fällen angezeigt, um die lebenswichtige Ausscheidungsthätigkeit der Haut immer in bester Ordnung zu erhalten.

Ebenso notwendig ist es, eine ganz milde reizlose Diät zu verordnen, bei der man sicher ist, daß sich keine Gährungsprodukte bilden, wie dies bei der Ernährung mit Milch oft genug der Fall ist, sei es, daß die Verdauungssäfte des Kindes weder in der erforderlichen Menge, noch in der erforderlichen Güte (Stärke) bereitet werden, um eine regelwidrige Verdauung (Gährung) verhindern zu können, sei es, daß die gereichte Milch zu fett oder zu reich an Käsestoff (also zu nahrhaft) ist, wie dies häufig genug bei der Milch von altmelken Kühen der Fall ist, oder, wenn die Mutterbrust gereicht wird, die Mutter durch ihre Diätfehler oder durch eine ungeeignete (z. B. durch eine sehr saure, fette oder sehr stark gewürzte) Nahrung die Schuld trägt.

In denjenigen Fällen, wo der Ausprung nicht von einer angeborenen Säfteverderbnis herrührt, sondern durch eine fehlerhafte naturwidrige Nahrung erzeugt und unterhalten wird, genügt es vollständig, neben der obenerwähnten beeiferten Hautpflege eine zweckmäßige Diät, und das ist Hafergrütze, zu verordnen. In diesen Fällen kann die Abheilung des Ausprunges durch Einhüllungen der kleinen Patienten in feuchte Leintücher wesentlich gefördert werden.

Wenn eine skrofulöse Säftemischung vorhanden ist, so wird das Leiden nur ganz allmählich und ungleich schwerer zu heilen sein, weil es dann schon mehr zu der erstgenannten Art von Ausprung gehört, in diesem Falle muß die Diät nicht nur mild und reizlos sein, sondern zugleich auch knapp bemessen werden.

Dr. Munde erzählt ein merkwürdiges Beispiel von einer in Gräfenberg im Jahre 1835 vollbrachten glücklichen Heilung des in Rede stehenden Leidens an dem Kinde einer Justizrätin, der Tochter eines Medizinalrates. Diese Dame kam ohne das Wissen des Medizinalrates nach Gräfenberg, um einen letzten Versuch zu machen, nachdem sie schon zwei Kinder an dieser Krankheit (wahrscheinlich durch gewaltsame, medikamentöse Unterdrückung des Ausschlages) verloren hatte.

Die kleine Patientin kam in einem sehr bedenklichen Zustande an. Man ließ sie täglich zwei Mal in nassen Tüchern schwitzen und darnach mit abgeschrecktem Wasser abwaschen. Diese Anwendungsform wurde nach und nach mit Halb- und weiterhin mit Ganzbädern vertauscht; im Übrigen mußte die Patientin fleißig Wasser trinken und den ganzen übrigen Tag im Freien herumlaufen. Binnen acht Wochen war sie von ihrem Ausprunge befreit, aß alles, was ihr vorkam, und reiste gesund wie ein Fisch mit ihrer glücklichen Mutter wieder ab.

Fleckfieber, s. Nervenfieber und Petechien.

Flußbäder. Unstreitig haben die Flußbäder unvergleichliche Vorzüge vor den Wannenbädern und den kalten Abwaschungen und Abreibungen voraus. Zunächst hat das Flußwasser im Sommer die geeignete Temperatur, aber von hoher Bedeutung ist das mechanische Moment, d. h. die Einwirkung auf die Haut, welche durch bewegtes Wasser ausgeübt wird und ebenso der Umstand, daß das Wasser sich fortwährend erneuert,

weil durch diese beiden Umstände eine thermo-elektrische (also Wärme und Elektrizität erzeugende) Wirkung in der Haut hervorgebracht wird, deren Tragweite in therapeutischer (heilkräftiger) und gesundheitlicher Beziehung wir zur Zeit kaum zu ahnen, am allerwenigsten aber abzuschätzen vermögen. Und welche Vorzüge bietet das Flußbad oder überhaupt das Bad im Freien, z. B. das Seebad vor dem Wannenbade durch sein Bewegtsein, durch den Wellenschlag, durch das Athmen der freien Luft, durch den Anblick der Natur und durch den dem Körper des Badenden gegebenen freien Spielraum, welcher alle Körperbewegungen und vor allen Dingen die unvergleichlichste von allen, nämlich das Schwimmen gestattet; alle diese Vorzüge eines Bades im Freien tragen dazu bei, die gesundheitliche und heilsame Einwirkung der Bäder im Freien auf den Körper zu erhöhen.

Bäder im Freien, insonderheit Fluß- und Seebäder, gehören also zu den herrlichsten und naturgemäßesten Mitteln zur Erhaltung und Befestigung der Gesundheit, und wenn schon kühle Waschungen und noch mehr kühle Bäder als erfolgreiche Reinigungsmittel der Haut, als Kräftigungsmittel des ganzen Körpers und als Schutzmittel gegen mannigfache, namentlich auch ansteckende Krankheiten gelten, so gilt dies in noch weit höherem Maße von den Flußbädern 2c.

Für die Bäder im Freien gelten übrigens dieselben Vorschriften, die für kühle und kalte Bäder überhaupt gelten. Immerhin darf nicht unerwähnt bleiben, daß man gut thut, weder zur unpassenden Jahreszeit, noch zur unpassenden Tageszeit, und nur einmal am Tage zu baden, auch genügt es für alle Fälle, nicht länger als etwa 20 Minuten im Bade zu verweilen, im allgemeinen aber auf jeden Fall den Wink der Natur zu berücksichtigen, daß es mit dem Baden genug sei, d. h. das Bad auf jeden Fall zu verlassen, sobald der Badende Frösteln verspürt. Anders wird es mit den Bädern im Freien gehalten, wenn sie nicht blos als Kräftigungsmittel der Gesundheit, sondern als eigentliche Kur gebraucht werden, da sich in diesem Falle der Badende nach den betreffenden Kurvorschriften zu richten hat.

Die geeignetste Tageszeit für die Bäder im Freien bleibt immer die Zeit vormittags von 10 -12 Uhr und nachmittags von 5 -7 Uhr, und die beste Jahreszeit von Ende Mai bis Anfang September. Vergl. Bäder und Wellenbäder.

Flußsitzbäder, s. Wellenbäder.

Fluß, weißer, s. weißer Fluß.

Frieſel. Dasselbe zeigt sich in Form von kleinen, spitzigen, weißen oder auch roten, den Hirsekörnern ähnlichen Bläschen, zu denen sich Fieber gesellt, welches einen vorwiegend nervösen Charakter hat. Hieraus wird auch die große Schwäche erklärlich, welche das Fieber begleitet und daneben eine außerordentliche Neigung zum Schwitzen. Dem Ausbruche des Friesels gehen gewöhnlich große Reizbarkeit und unruhiger Schlaf und das Gefühl von Jucken und Kratzen im Halse und Kurzatmigkeit voraus.

Dasselbe tritt selbständig oder aber als Begleiterscheinung anderweitiger Krankheiten auf und wird gewöhnlich durch zu warmes Verhalten oder durch die mißbräuchliche Anwendung von schweißtreibenden Mitteln erzeugt. Deshalb begegnen wir demselben so überaus oft bei Wöchnerinnen (Kindbetterinnen), aber auch bei dem Gebrauche von Wasserkuren, wenn beispielsweise Schwitzprozeduren im Uebermaß angewendet wurden. Es scheint jedoch, daß auch die Einwirkung scharfer Stoffe auf die Haut, also durch eine Ueberreizung der Hautnerven, und auch Stuhlverhaltung zur Entstehung der Frieſel Veranlassung geben können.

Das Frieſel verschwindet gewöhnlich von selbst wieder, wenn man sich vor zu warmem Verhalten hütet und ist auch keineswegs in dem Maße gefährlich, als man es gewöhnlich hinzustellen pflegt. Reizbare, nervöse Personen müssen sich natürlich, wenn vom Frieſel befallen, sorgfältiger vor rauhen Temperatureinflüssen schützen, als robuste Constitutionen.

Für die erfolgreiche Behandlung bedarf es nur Einhüllungen in ein feuchtes Linnen (Ganzpackung) und nachträglicher Abreibung mit temperiertem Wasser (24—20 ° R.). Außerdem ist besonders großes Gewicht darauf zu legen, daß möglichst bald regelrechte Leibesöffnung (durch lauwarme Klystiere) herbeigeführt und erhalten wird. Tritt das Frieſel während einer Wasserkur ein, so hat man von langdauernden Sitz-, Fuß- und Wannenbädern, ebenso wie von der Douche abzusehen; selbst das Trinkwasser muß alsdann nur in kleinen Mengen auf's Mal und etwas überschlagen genossen werden.

Mit diesem allgemeinen Frieſel darf nicht das bei Wasserkuren noch ungleich öfter auftretende Badefrieſel verwechselt werden, welches sich besonders gern bei längere Zeit hindurch angewendeten Leibumschlägen (Neptunsgürtel) aufzutreten pflegt und oft sogar als ein förmlicher Gürtel von Blasen und Geschwüren auftritt. In diesem Falle hat man es fast ausnahmslos nur mit einem lange Zeit hindurch eingewirkt habenden Hautreize zu thun, und es verschwindet dieser Hautausschlag von selbst wieder, oder aber es ist in der That ein wirklich kritischer Ausschlag, der positive Krankheitsstoffe zur Ausscheidung bringt, in welchem Falle die diesbezüglichen Anwendungsformen des Wassers unter Umständen mit einigen Modificationen (z. B. regelmäßige Zwischenpausen von ein oder mehreren Tagen), anzuwenden sind.

Frostbeulen, s. unter Erfrierungen.

Frottieren. Unter Frottieren versteht man das Reiben des gebadeten Teiles, sowie der zunächst liegenden Hautpartieen und des ganzen Körpers, sowohl bei örtlichen, wie bei allgemeinen Bädern. Die durch die Abreibungen erzielte Wirkung ist von großer Bedeutung. Immer haben derartige Abreibungen eine das Blut von den inneren Organen nach der Körperoberfläche, also nach der Haut hin ableitende Wirkung. Bei Entzündungen, Geschwüren oder bei Ausschlägen auf der Haut müssen derartige Abreibungen oft wesentlich eingeschränkt, oder aber ganz fortgelassen werden; ebenso wie man sich hüten muß, die Abreibungen bis zum

Wundwerden der Haut zu treiben, was oft hartnäckige Geschwüre hervorruft.

Prießnitz ließ die Kranken in den Bädern immer nur mit den bloßen benetzten Händen abreiben; Leben auf Leben, sagte er. Vergl. Gicht.

Furunkel, s. Schwären.

Fußbäder. Bei denselben kann man sich, wenn sie warm oder lauwarm genommen werden, jedes beliebigen Gefäßes dazu bedienen, dagegen muß man bei kühlen Fußbädern sich kleinerer Gefäße (Waschschüssel) bedienen, die nicht zu viel Wasser fassen, damit es sich nach und nach erwärme und die Gegenwirkung (Reaction) viel schneller eintrete.

Dieselben dienen in der Regel zur Ableitung und wurden von Prießnitz immer da mit bestem Erfolge angewendet, wo die allopathische Schule warme Fußbäder verordnet, so namentlich gegen Kopf- und Zahnschmerzen aller Art, woher sie auch rühren mögen. Besonders wurden dieselben auch in Gebrauch gezogen bei Kopfreißen, bei Schmerzen und Entzündungen in den Augen, bei Andrang des Blutes nach dem Kopfe, Schwindel, Delirien, hysterischen Krämpfen 2c. 2c. Es sind in diesem Falle mehr Sohlenbäder, d. h. das kühle Wasser (20—12 ° R.) darf nur 1—2 Zoll Höhe haben, damit nur die Fußsohlen der Badenden benetzt werden. Der Badende verweilt solange in einem derartigen Sohlenbade bis das Wasser lau zu werden anfängt, was unter Umständen ½, ja 1 volle Stunde dauern kann.

Kühle bis kalte regelrechte Fußbäder werden angewendet bei Vertreten oder bei Quetschungen des Fußes, und sind alsdann 3 Mal täglich anzuwenden; ebenso dienen sie zur Stärkung und Kräftigung nach starken Ueberanstrengungen der Füße, in welchen Fällen das Badewasser bis über die Knöchel herauf gehen muß. In diesen Fällen soll das Fußbad nicht länger als 10—15 Minuten dauern. Derartige Fußbäder sind zugleich auch das beste Mittel gegen kalte Füße, während warme Fußbäder die Haut der Füße nur schwächen und dadurch zu Erkältungen geneigt machen. Die Wirkung kann in diesem Falle noch dadurch wesentlich erhöht werden, daß die Füße im Bade entsprechend massiert (s. d. Art.) und nach dem Bade kräftig frottiert werden.

Oefter angewendete kühle oder kalte Fußbäder (je nach der mehr oder minder kräftigen Körperbeschaffenheit des Betreffenden) sind daher auch das beste Mittel, um sich vor Erkältung der Füße zu schützen, sodaß der Betreffende selbst bei der strengsten Kälte ohne besondere Verwahrung durch Filzschuhe und ähnliche Verwahrungsmittel ausgehen kann.

Da, wie ein Jeder leicht erproben kann, die Füße nach dem Bade mehrere Stunden nicht nur warm, sondern brennend heiß sind, so ist in derartigen Fußbädern ein vortreffliches Mittel gegeben, um selbst hochgradige Kälteeinwirkungen gut überstehen zu können und empfahl Prießnitz als untrügliches Mittel gegen Erfrierungen der Füße, bei Schlittenpartieen und ähnlichen Gelegenheiten, in kaltes Wasser getauchte und ausgerungene wollene Strümpfe und darüber trockene und genügend bequeme

Stiefeln anzuziehen, letztere aber durch wollene Decken vor der äußeren Luft zu schützen.

Gut gethan ist es, sich vor einem Fußbade ein wenig Bewegung zu machen, überhaupt nie ein Fußbad mit ganz kalten Füßen zu nehmen, während der Fußbäder die Füße fortwährend tüchtig aneinander zu reiben (die beste Art von Massage) und nach demselben solange umher zu gehen, bis die Füße vollkommen warm geworden sind.

Schon der alte Wasser-Hahn rühmt die Vortrefflichkeit kalter Fußbäder, besonders auch als Stärkungsmittel bei Müdigkeit und Schwäche der Füße.

Füße, kalte, siehe den vorhergehenden Artikel.

Fußgicht, s. Gicht.

Fußschweiße, stinkende. Dieselben dürfen nicht durch kalte Fußbäder allein behandelt werden, da, wenn derartige Uebel plötzlich unterdrückt werden, nachteilige Folgen entstehen können. Am sichersten ist hier die volle Wasserkur anzuwenden (s. d. Art.), wobei nebenher Fußbäder und Umschläge in Gebrauch zu ziehen sind. Auf diese Weise ist die Heilung wohl langwierig, dafür aber sicher. Man vergesse nicht, daß bei fortgeschrittener Kur das Barfußgehen ein äußerst wirksames Unterstützungsmittel ist und daß die Art der Fußbekleidung (gut ventilierend, also einen gleichmäßigen Luftwechsel und dadurch eine ausgiebige Ausdünstung der Füße ermöglichend) hier von höchster Bedeutung ist.

Gallenfieber. Dieses besonders in heißen Klimaten und zwar in sumpfigen Gegenden vereinzelt oder auch epidemisch auftretende Fieber, nimmt nicht selten einen tödlichen Verlauf.

Dasselbe erfordert zunächst eine Behandlung wie jedes andere Fieber (s. d. Art.) und zugleich die fleißigste Anwendung von Leibumschlägen (s. d. Art.) oder selbst von Neptunsgürteln (s. d. Art.). Sobald man sieht, daß die Natur durch (kritische) gallige Ausscheidungen helfen will, so sind diese durch fleißiges Trinken von lauwarmem Wasser möglichst zu unterstützen. Epidemisch auftretende Gallenfieber sind nach Art des Typhus zu behandeln (s. d. Art.), indem man den torpiden, erschlaffenden Zustand der Nerven durch lange Sitz- und Halbbäder, ebenso wie durch kühle Klystiere und dergleichen Umschläge und Begießungen ihnen und den Geweben neuen Tonus, neue Spannkraft zu geben sucht.

Bei galligen Zuständen im allgemeinen besteht jedoch die mächtigste und erfolgversprechendste Heilmaßnahme in der Art der Diät, die unbedingt ganz ausschließlich nur aus pflanzlichen Stoffen bestehen darf, welche deshalb ja auch zugleich in heißen Klimaten das beste Schutzmittel nicht blos gegen Gallenfieber, sondern überhaupt gegen bösartige Tropenfieber aller Art ist. Alle Fleischspeisen, alle Gewürze und alle Arten erregender (Kaffe ꝛc.) und geistiger Getränke sind strengstens zu meiden; dagegen sind frische Gemüse und Früchte aller Art von unvergleichlichen Wirkungen und als Getränk gesundes Wasser und, wo dies nicht zu haben, kohlensaure Wasser mit Fruchtsäften aller Art.

Gallensteinkolik. Dieselbe wird durch verhaltene Gallensteine (s. d. Art.) veranlaßt. Hier sind in erster Linie feuchte Leibumschläge anzuwenden, die, wenn erforderlich, d. h. wenn sich der vorhandene Schmerz dadurch nicht wesentlich ermäßigt, mit heißen Stürzen, am besten von Thon, die man in ein feuchtes Tuch wickelt, zu bedecken sind. Außerdem sind lauwarme Sitzbäder und ebensolche Klystiere fleißig in Gebrauch zu ziehen und ebenso so reichlich als möglich warmes Wasser zu trinken und soweit dies die Empfindlichkeit der betreffenden Gegend zuläßt, eine entsprechende Massage anzuwenden. Weiterhin muß eine regelrechte Wasser- und Diätkur angewendet werden, wobei die Massage der Gallenblase eine außerordentlich wichtige Rolle spielt, da man vermittelst derselben imstande ist, Gallensteine nach und nach bis zu dem Grade zu zerreiben, daß die Rückstände und Reste durch den Gallengang in den Zwölffingerdarm übertreten können.

Gallenkrankheiten. Die Krankheiten des Gallensystems bedingen hauptsächlich das gallige, gelbsüchtige Aussehen, welches derartige Kranke auszeichnet. Es handelt sich hierbei nicht selten um ein Uebermaß von Galle, wie es gewöhnlich durch reizende, stark gewürzte Fleischkost erzeugt wird oder durch unregelmäßige Absonderung der Galle, infolge von Verhaltung derselben in den Gallenwegen der Leber, wie dies durch heftige Gemütsaffecte geschehen kann, z. B. infolge von heftigem Aerger. Endlich kann auch, was am häufigsten der Fall zu sein scheint, die Ursache zur Verhaltung der Galle in der Leber, wodurch sie in das Blut zurückstaut und dadurch Gelbsucht erzeugt, rein mechanischer Natur sein, indem die Einmündungsstelle des Gallenganges im Zwölffingerdarme durch den entzündlichen Zustand der Schleimhaut des Zwölffingerdarmes verschwollen und dadurch vollständig oder doch mehr oder weniger undurchgängig geworden ist. Dies geschieht, wenn sich ein Magenkatarrh, also eine katarrhalische Entzündung der Magenschleimhaut bis über den Pförtner hinaus, d. h. bis in den Zwölffingerdarm fortsetzt. Scharfe, drastische Arzneimittel, besonders auch Quecksilberpräparate, Brechmittel, Opium, äußerst schwerverdauliche Speisen und ein sehr kalter Trunk, oder Essen und Trinken nach heftigem Aerger, sind die gewöhnlichsten Gelegenheitsursachen. Daher sind auch Gallenkrankheiten (die Gelbsucht ist ja nur das äußerlich wahrnehmbare Symptom) immer mit Verdauungsbeschwerden der mannigfachsten Art verbunden. Da die regelrechte Erzeugung und Absonderung der Galle, d. h. ihr unbehinderter Eintritt in den Darmkanal von höchster Wichtigkeit für die gesamte Verdauungsthätigkeit und weiterhin für den Haushalt des Körpers überhaupt ist, so darf man sich nicht wundern, wenn so zahlreiche Gesundheitsstörungen Unregelmäßigkeiten in der Bildung und des regelrechten Abflusses der Galle zugeschrieben werden.

Es ist bekannt, daß beispielsweise alle fetthaltigen Stoffe nur unter der Einwirkung der Galle verdaut werden können, insofern ist die Galle ein wesentliches Erfordernis für die Verdauung und für die Bildung des Chylus (Milchsaft), aber ebenso notwendig ist sie zur Beförderung der

regelmäßigen Thätigkeit der Gedärme (die Galle übt einen Reiz auf die Darmnerven aus und bewirkt dadurch eine vermehrte und verstärkte peristaltische, also wurmförmige Bewegung derselben) und bewirkt dadurch eine schnellere Ausleerung des Darminhaltes. So geschieht es auch, daß, wenn es im Körper an einer hinreichenden Menge von Galle mangelt, in der Regel auch Stuhlverstopfung vorhanden ist. Außerdem siehe die Artikel: gelbes Fieber, Gelbsucht, Milz- und Leberkrankheiten.

Gallenruhr, s. Cholera.

Gallensteine. Bei einem krankhaften, zähen Zustande der Galle ist diese oft geneigt, sich in harte Körper von verschiedener Größe einzudicken und umzuwandeln (Gallensteine), die in den meisten Fällen in der Gallenblase, zuweilen aber auch im Gallengange entstehen und entweder einen empfindlichen Druck in der Lebergegend, oder schmerzhafte Zufälle im Unterleibe, die sogen. Gallensteinkolik oder Leberkolik erzeugen, oder dadurch, daß sie den Uebertritt der Galle aus der Leber in den Darmkanal verhindern, Gelbsucht verursachen. Die Krankheit besteht oft lange Zeit, ohne Beschwerden zu verursachen und macht sich erst durch Gallensteinkolik bemerkbar. Sie tritt bei Frauen öfter auf als bei Männern auf, besonders bei sitzender Lebensweise und seltenen Mahlzeiten, die eine verlangsamte Ausscheidung der Galle bedingen. Die schmerzhaften Zufälle beginnen oft mit Frostanfall, worauf äußerst heftige, bohrende, stechende oder brennende Schmerzen in der Lebergegend eintreten, die nach dem Nabel, der rechten Schulter und dem Rücken hin ausstrahlen und bei Druck auf die Leber unerträglich werden. Dauer des Anfalles einige Stunden, sogar ein paar Tage unter Begleiterscheinungen von Uebelkeit, Erbrechen, krampfhaftem Zusammenziehen der Bauchdecken, oft auch Ohnmacht und Krämpfe. Am erfolgversprechendsten ist die Einleitung einer vollen Diät- und Wasserkur, wie sie überhaupt bei Leberkrankheiten Anwendung findet. Lange Zeit hindurch angewendete Leibumschläge und wenn ein solcher (am Morgen) fortgenommen wird, oder bei Anwendung eines Neptunsgürtels (früh und abends) eine entsprechende Massage, ferner: eine strenge, reizlose, kühle Pflanzenkost und der reichliche Genuß des frischen Wassers und der frischen Luft ermöglichen und befördern nicht nur den Abgang der vorhandenen Gallensteine, sondern verhüten auch die Bildung neuer. Vergl. die vorhergehenden Artikel.

Gangrän, s. Brand.

Ganze Bäder, s. Vollbäder.

Gastralgia, s. Magenschmerz.

Gastrischer Zustand. Dieser krankhafte Zustand der ersten Wege, also des Magen-Darmkanales, der in der Hauptsache das ist, was der Volksmund Magen-Darmverschleimung nennt, hat eine Menge von Beschwerden und Stockungen mancherlei Art im Gefolge und kann auch mit Fieber vergesellschaftet sein. Dieser „gastrische", also den Magen und überhaupt den Unterleib betreffende Zustand scheint in den allermeisten Fällen vom

übermäßigem Genusse allzu nahrhafter oder aber schwerverdaulicher Nahrungsmittel herzurühren, also infolge einer übermäßigen Belastung der Verdauungswerkzeuge zu entstehen, sodaß anstatt einer regelrechten Verdauung mehr ein Zustand fauliger Gährung Platz greift und dadurch das entsteht, was der Volksmund „verdorbene Säfte" nennt. Dieser Zustand scheint sowohl ein krankhaftes Uebermaß von Schleim zu erzeugen, als auch die Ausscheidung desselben ungemein zu erschweren, sodaß dieser selbst in eine Art von fauliger Gährung übergeht und nunmehr als Ferment, als Gährung erzeugender Stoff auf die in den Magen gelangenden Speisen und Getränke wirkt und auch in diesen eine faulige Gährung, eine im Gegensatze zur regelrechten Verdauung, regelwidrige Zersetzung hervorruft.

Eine knapp bemessene und ganz leicht verdauliche Nahrung (z. B. Hafergrütze und Haidegrütze) ist das erste Erfordernis, um einem derartigen Magen erfolgreich zu Hilfe zu kommen. Daneben sind leichte Schwitzpackungen und Leibumschläge erforderlich, um die Kur zu unterstützen, da sich ein derartiger Magen, wenn es nicht zu einem ausgiebigen (kritischen) Erbrechen von großen, zähen Schleimmassen kommt, nur sehr schwer und sehr langsam emporzuhelfen vermag.

Wird bei einem derartigen gastrischen Zustande ein Diätfehler begangen, z. B. durch eine gelegentliche Ueberladung des Magens, so ist es angezeigt, den Magen und den Darmkanal so schnell als möglich von diesen Schädlichkeiten zu befreien, ehe sich neue üble, faulige Produkte bilden und in die Säftemasse aufgenommen werden, weil dadurch sofort wieder gastrisches Fieber oder andere bedrohliche Erscheinungen hervorgerufen werden würden. Es ist dies ähnlich wie bei Vergiftungen einer der wenigen Fälle, wo die Naturheilkunde bei einem krankhaften Zustande auf künstliche Weise Erbrechen herbeiführt. Zu diesem Behufe läßt man den Kranken reichlich warmes Wasser trinken und dann den Schlund mit dem Finger oder einem Federbarte kitzeln, bis Erbrechen eintritt. Gewöhnlich werden alsdann neben den bereits in faulige Gährung übergegangenen Speisen und Getränken große Mengen von zähem Schleim mit ausgebrochen, zugleich tritt auch gewöhnlich eine reichliche Entleerung des Darmkanales in der anderen Richtung ein.

Allein auch diese am mindesten schädliche Art des Erbrechens hat eine so heftige und naturwidrige Erschütterung des Organismus und eine derartige Reizung der Verdauungswege zur Folge, daß eine öftere Wiederholung notwendig die Unterleibsorgane schwächen muß. Deshalb ist es weit geratener, sich vor Unmäßigkeiten jeder Art außerordentlich in Acht zu nehmen, damit solche unnötige und schädliche Eingriffe in die Verdauungsorgane verhütet werden.

Unmäßigkeit oder der langandauernde Genuß einer ganz schwer verdaulichen und schlecht zubereiteten Kost haben fast ausnahmslos einen derartigen Zustand herbeigeführt und deshalb ist strenge Mäßigkeit und im andern Falle eine ganz leichtverdauliche Kost unerläßlich notwendig,

um Heilung herbeizuführen, denn ohne jene vermag im vorliegenden Falle auch die Wasserkur nicht viel.

Außerordentlich oft leisten bei solchen Zuständen die Diätmittel, welche das Volk in Form sogenannter Hausmittel anwendet, ganz vorzügliches und ist auf jeden Fall in dieser Hinsicht Buttermilch oder der Saft des rohen Sauerkrautes, von welchem man vor jeder Mahlzeit 4—6 Mal den Mund voll nehmen, es auskauen, den Saft aussaugen und verschlucken, das ausgekaute Sauerkraut aber fortspucken läßt, und der tägliche Genuß von ein oder zwei geschälten sauren Gurken (Salzgurken, nicht Essiggurken) versuchsweise in Gebrauch zu ziehen.

Gastrisches Fieber. Wenn der vorerwähnte gastrische Zustand (s. d. Art.) längere Zeit gewährt hat und durch wiederholte Unmäßigkeiten im Essen und Trinken oder wegen lange anhaltender Schwäche der Verdauungswerkzeuge eine Menge unverdaulicher, nicht assimilirbarer (also nicht in Fleisch und Blut verwandelbarer, weil noch nicht genügend aufbereiteter und umgewandelter) Stoffe sich im Magen und Darmkanale angesammelt haben, die der Organismus nicht ohne die größten Anstrengungen auszustoßen im Stande ist, so tritt gastrisches Fieber ein. Dasselbe, auch akuter Magenkatarrh oder im Volksmunde „Schleimfieber" genannt, tritt auch ein nach andauerndem oder überhaupt übermäßigem Genusse geistiger Getränke, durch heftige Gemütsbewegungen (besonders Aerger), aber auch infolge starker Durchnässung und Erkältung der Füße, als Folgezustand bei Herz- und Lungenleiden, bei Hämorrhoiden und bei unterdrücktem Monatsfluß.

Das gastrische Fieber hat die gleichen Symptome wie jedes anderweitige Fieber, nur daß hier die Abneigung gegen Speisen aller Art in ganz besonders hohem Maße ausgesprochen ist; außerdem ist häufiges Aufstoßen und Neigung zum Erbrechen vorhanden; der Unterleib ist aufgetrieben und es gehen oft Winde ab. Die Zunge ist sehr belegt, der Durst heftig, die Haut ist trocken, der Harn trüb und der Puls von hartem Anschlag, fader, pappiger oder galliger Geschmack im Munde, Stirnkopfschmerz, oft auch Phantasieen.

Das gastrische Fieber kann auch einen schleichenden Verlauf nehmen und sich wochenlang hinziehen als sogenanntes Schleimfieber, welches dadurch einem schwach entwickelten Typhus sehr ähnlich sieht, daß der Patient gleich von Anfang an sehr matt und kraftlos und nicht blos am Abend, sondern auch am Morgen Fieber hat, und aus den Verdauungswegen viel Schleim entleert wird. Der feste abgehende Koth ist mit zähem Schleim bedeckt. Gesellt sich zu diesem „nervenfieberartigen" Zustande noch Gelbsucht hinzu, so bezeichnet der Volksmund das Leiden als ein Schleimgallenfieber.

Da fast ausnahmslos die Natur den Krankheitsstoff durch Erbrechen oder durch den Stuhlgang oder auf beiderlei Art fortzuschaffen sucht, so ist es die nächste und wichtigste Aufgabe, dieses Bestreben der Natur möglichst zu begünstigen. Dies geschieht am besten durch reichliches Trinken

von kaltem Wasser. Sobald nun eine reichliche Ausleerung der verdorbenen Stoffe auf die eine oder auf die andere Weise aus dem Körper hinausbefördert worden ist, so wird der Kranke in ein nasses Linnen (Betttuch) gehüllt, welches, mehrfach zusammengelegt, von den Knieen bis unter die Arme heraufreicht, und die hinreichende Entwickelung feuchter Wärme abgewartet. Diese Packung ist von Zeit zu Zeit (alle 2—3 Stunden) zu erneuern und dem Kranken beständig reichliche Mengen von frischem Wasser zu reichen, um die Ausleerungen nach dieser oder jener Richtung zu vermehren und, wie der Volksmund sehr richtig sagt, den gesamten Verdauungskanal gehörig zu „reinigen".

Ist das Fieber sehr heftig, so wendet man Ganzpackungen (Ganzeinhüllungen der Kranken in ein feucht-kühles Linnen) an, nur thut man gut, die Füße, die bei einem derartigen Leiden immer kalt sind, mit der feuchten Packung zu verschonen und nur in die wollene Decke einzuhüllen.

Sollte reichliches Wassertrinken und die alle Stunden gereichten reichlichen Klystiere (½—1 Liter auf's Mal) nach einigen Stunden noch keine Ausleerung bewirkt haben, so muß der Kranke in ein Sitzbad oder in ein Halbbad gebracht werden, die gesamte Körperoberfläche mit benetzten Händen tüchtig gerieben und geknetet werden. Alsdann wendet man unter der Mitwirkung der Klystiere und des reichlich bis zum Erbrechen zu trinkenden frischen Wassers Unterleibsmassage an und läßt nun wieder eine feuchte Einhüllung oder Ganzpackung mit Ausnahme der Füße folgen.

Wenn sich, nachdem die kritischen Ausscheidungen durch Erbrechen und reichliche Stuhlentleerungen erfolgt sind, das Fieber noch immer nicht hinreichend ermäßigt hat, so sind die Sitz- oder auch Halbbäder und zwar in der oben angegebenen Weise täglich 2—3 Mal zu wiederholen; nach jedem Bade wird der Kranke feucht eingehüllt und in der Packung solange belassen, bis Schweiß eintritt, wonach eine tüchtige Abwaschung und Abreibung, womöglich im Halbbade erfolgt.

Die strengste Diät ist selbstverständlich; Hafergrütze und als Getränk frisches Wasser sind vollkommen hinreichend. Selbst Milch, weil bei einem solchen Magenzustande immer in Gährung übergehend und dadurch Blähungen verursachend, ist verboten, ebenso selbst die kleinsten Mengen von Fett (Butter), weil diese, bei einem derartigen Darniederliegen sämtlicher Verdauungsfunktionen, in den Magen gebracht, sofort ranzig werden und die heftigsten Erscheinungen — einer Vergiftung ähnlich — hervorzurufen im Stande sind.

Gebärende. Bisher hat es den Anschein gehabt, als ob für Gebärende und Kindbetterinnen frisches Wasser Gift sei. Thee aller Art und oft in unglaublichen Mengen getrunken, galt als das einzig Wahre. Auch hier, wie in allen Lebenslagen der Menschen, sind die naturgemäßen Mittel das einzig Wahre und Richtige. Und gerade für sie, die gewöhnlich soviel an Hitze und großem Durste zu leiden haben, übt ein frischer Trunk einen äußerst wohlthätigen und heilsamen Einfluß auf das auf-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

geregte Blut- und Nervensystem aus und befördert, wie es die Thee's aller Art durch specifisch schädliche Stoffe (Kamillen, Baldrian 2c.) oder durch ihren Gehalt an ätherischen Oelen thun, ohne zu erhitzen und zu erregen, die erwünschte Hautausdünstung und Harnabsonderung auf das beste, wodurch auch zugleich die Geburt selbst und das Wochenbett, die man heutigen Tags mit Recht als zwei Klippen für die Gesundheit und das Leben der Frauen bezeichnen kann, in naturgemäßer, mithin in erfolgreichster Weise günstig beeinflußt wird und dadurch ohne Schaden verläuft.

Vor Ohnmachten und Krämpfen bewahrt man die Gebärenden am erfolgreichsten dadurch, daß man wiederum in naturgemäßer Weise die die Nachgeburt austreibenden Wehen unterstützt. Dies geschieht am wirksamsten, wenn man über das Gesicht der Gebährenden öfter mit einem nassen Schwamme fährt und die notleidenden Teile mit kühlem Wasser wäscht, wodurch dem Gebärorgane wieder neue austreibende Kraft (Wehen) verliehen wird.

Bei fehlerhaften Geburten bleibt es eine Hauptregel, den Geburtsakt in keiner Weise zu beschleunigen, solange nicht die vorangehenden Hauptteile der Frucht (Kopf und Rumpf oder auch der Steiß) geboren sind. In solchen Fällen darf die Kreissende weder von Anfang an, noch während der Austreibung der Frucht die Wehen „verarbeiten", d. h. dieselben nicht durch Pressen und Drängen unterstützen; ebenso darf es nicht geduldet werden, daß durch fremde Beihilfe, durch Ziehen und Zerren an den bereits geborenen Teilen der Geburtsakt künstlich beschleunigt wird, denn gerade in dem langsamen Prozesse der Geburt werden die weichen Geburtsteile ganz allmählich auf das erforderliche Maß ausgedehnt, um das Vorrücken der Frucht und ihren Durchgang zu erleichtern, während alle künstlichen Manipulationen, die darauf abzielen, die Frucht schneller zu entwickeln und vorrücken zu machen, naturwidrig und daher zweckwidrig sind, mithin Störungen in dem regelrechten Verlaufe des Geburtsaktes (vorzeitige Erschöpfung und Wehenschwäche) herbeiführen oder für die Zukunft Nachteile mannigfacher Art mit sich bringen.

Nur in sehr wenigen Fällen ist die Kunsthilfe **wirklich** notwendig, z. B. bei ganz fehlerhaften Lagen der Frucht, die jedoch nur ziemlich selten vorkommen, oft auch noch nachträglich durch die bewunderungswürdige Thätigkeit der Natur corrigiert werden; ferner bei starken Blutflüssen, bei anhaltenden Krämpfen, bei Vorfall der Nabelschnur kann die Kunsthilfe eines erfahrenen, gewissenhaften und nicht experimentiersüchtigen Beistandes nötig werden. Es genügt also auch bei fehlerhaften Geburten vollständig, zunächst der Natur ihren freien Lauf zu lassen, und um die bereits geborenen Teile ein erwärmendes Tuch zu schlagen, darauf zu achten, daß die Nabelschnur nicht gezerrt werde, daß man dieselbe, wenn sie zu sehr angespannt ist, etwas lockert und in dem Augenblicke, wo der besonders umfangreiche Teil der Frucht (Kopf oder Steiß) heraustritt („den Damm durchschneidet"), mit der einen Hand den Damm, mit

der anderen den Rumpf der Frucht zu stützen. Wird der Kopf zuletzt geboren, so empfiehlt es sich, in dem Augenblicke, wo derselbe den Damm schneidet, den Damm nicht allzukräftig mit der Hand zu stützen, weil dadurch dem nachfolgenden Kopfe der Durchtritt erschwert wird, während der Durchtritt des Kopfes weit leichter erfolgt, wenn der bereits geborene Rumpf langsam gegen den Unterleib der Kreissenden hin erhoben wird. Während dieser Periode ist es notwendig, die Wehen zu verarbeiten, und werden dieselben am sichersten geweckt und verstärkt, indem man die Hand auf den unteren Teil des Unterleibes (also in die Gegend des Gebärmuttergrundes) auflegt und unter sanftem Reiben in Kreisen über die Haut führt, ein Verfahren, welches noch dadurch wirksamer gemacht werden kann, daß man die Haut noch vorher mit abgeschrecktem Wasser benetzt. Ebenso verhält es sich bei Gesichtslagen.

Unter eigentlichen fehlerhaften Lagen der Frucht versteht man die sogenannten „Schulter- oder Querlagen", ferner den Vorfall eines oder beider Arme neben dem vorliegenden Kopfe, und drittens, das Herabtreten eines oder beider Füße neben dem Kopfe; auch kann die Geburt dadurch wesentlich erschwert werden, daß die für die Austreibung der Frucht erforderlichen Kräfte zu schwach sind (Wehenschwäche) oder sich gar nicht bethätigen (Wehenmangel), oder aber, daß sie übermäßig wirken, sodaß die Geburt zu rasch vor sich geht, oder endlich, daß die Geburtswege oder die Frucht selbst durch ihre fehlerhafte Beschaffenheit (im ersteren Falle durch zu große Enge, im letzteren Falle durch eine übermäßige Größe der Frucht oder einzelner Teile derselben, Kopf, Bauch 2c.) den austreibenden Kräften ein ungewöhnlich großes oder aber unüberwindliches Hindernis entgegensetzen. Endlich können auch während der Geburt Umstände eintreten, welche den regelrechten Verlauf derselben stören (z. B. Blutungen, anhaltendes Erbrechen, Krämpfe) oder, wie z. B. Blutungen, ein schleuniges Eingreifen erheischen.

Immer muß man im Auge behalten, daß, wie überall, so auch bei Geburten, die Natur nur unterstützt, niemals aber ersetzt werden kann, und daß man der Natur, was sie selbst auszurichten und zu vollbringen vermag, immer ihr selbst überlassen soll. Wird es erforderlich, ihr zu Hilfe zu kommen, so müssen wir immer darauf ausgehen, ihr weder vorzeitig, noch zu spät beizustehen, sondern sie rechtzeitig zu unterstützen, und zwar immer in der Weise, daß wir das nachzuahmen suchen, was die Natur unter günstigen Umständen selbst gethan haben würde.

So kann z. B. eine künstliche Aenderung der Lage der Frucht oder sogar eine Wendung derselben in vielen Fällen schon allein dadurch erreicht werden, daß man die Lage der Gebärenden ändert, je nachdem Teile der Frucht besonders stark nach rechts, nach links, nach vorn oder hinten gelagert sind. Auch kann hierbei von außen her vermittelst der Hand durch entsprechendes sanftes Drücken oder Streichen die Frucht in eine regelrechte Lage gebracht und dadurch geschickt zum Geborenwerden

gemacht werden. Immer müssen daher erst sämtliche naturgemäßen Mittel erschöpft sein, ehe man daran denken soll, Kunsthilfe anzuwenden, denn es muß bedacht werden, daß es nicht bloß eine der schwierigsten, sondern auch für die Mutter und noch weit mehr für das Kind eine mehr oder weniger gefahrvolle Vornahme ist, wenn die Hand in die Geburtsteile eingeführt wird, um eine Wendung der Frucht zu bewirken.

Gebärmutterblutfluß. Hierunter versteht man einen regelwidrigen Blutfluß aus der Gebärmutter, der, wenn er nicht infolge einer stattgehabten Geburt entstanden ist, ebenso wie eine übermäßige Periode (Regel, Menstruation, s. d. Art.) behandelt werden muß. Im anderen Falle entsteht derselbe aus einer mangelhaften Zusammenziehung der Gebärmutter, oder, wenn er vor einer Geburt eintritt, infolge zu früher Lostrennung des Mutterkuchens (Nachgeburt) von der Gebärmutter. In den allermeisten Fällen genügen kalte Ueberschläge von brunnenfrischem Wasser, um den Blutabgang zum Stillstand zu bringen. Ein noch wirksameres Mittel ist, auf den entblößten Unterleib aus der Höhe von einigen Fuß etwas kaltes Wasser tropfen zu lassen, den Unterleib alsdann mit kaltem Wasser zu waschen, ihn auch damit zu besprengen und alsdann die Umschläge zu wiederholen. Zieht sich auch dann die Gebärmutter nicht zusammen, so greife man zu kalten Sitzbädern; dauert aber die Blutung auch dann noch fort, wenn sich die Gebärmutter bereits zusammengezogen hat, so schreite man, weil alsdann die Blutung von dem krankhaft (wie weicher Plüsch) aufgelockerten und dadurch zu Blutungen geneigten Muttermunde auszugehen pflegt, zu kalten Einspritzungen in die weiblichen Teile, die jedoch immer mit Vorsicht und nur vorübergehend anzuwenden sind, wie überhaupt alle die vorerwähnten Maßnahmen nur kurze Zeit hindurch angewendet werden dürfen, wenn sie gute Dienste leisten sollen, weil sie bei längerem Gebrauch reizend wirken.

Ich erwähne hier zwei diesbezügliche Fälle aus meiner Praxis. Eine Frau hatte Fehlgeburt gehabt. Sie wurde an Blutung behandelt und zwar ohne Erfolg, da dieselbe noch 8 Tage nach dem Abortus anhielt. Nun holte man mich. Ich vermutete zurückgebliebene Eihäute, nach deren Verbleib der Arzt merkwürdigerweise gar nicht gefragt hatte, und verordnete feuchte, kühle Abreibungen der Kreuz- und Lendengegend und des Unterleibes, neben milder Massage, um in naturgemäßer Weise die austreibende Wehenthätigkeit der Gebärmutter anzuregen. Das Zurückgebliebene wurde alsbald ausgestoßen, und die Blutung stand, was sie vorher nicht konnte, weil die Gebärmutter nicht im stande war, sich vollständig zusammen zu ziehen. Denn hierdurch allein werden die offenstehenden Lichtungen der Blutgefäße (Adern) zusammengedrückt und solange zusammengedrückt erhalten, bis in ihnen das Blut gerinnt und Thromben oder Blutgerinnselpfröpfe sich bilden, durch welche die Blutung zum Stehen kommt.

Man halte fest: bei weiblichen Blutungen, besonders bei Personen, die geboren oder abortiert haben, müssen die Betreffenden mit der trockenen Hand — und ist es notwendig, die Wirkung noch zu verstärken — mit

der feuchten Hand milde, kreisförmige Bewegungen auf der Haut des Unterleibes machen, wodurch sofort Contractionen (also wehenartige Zusammenziehungen in der Gebärmutter) hervorgerufen werden und die Blutung aufhört.

Der zweite Fall betrifft eine Frau in P. bei Basel, zu der ich plötzlich nachts geholt wurde und dann zum höchsten Erstaunen der Hebamme das „Wunder" verrichtete, die stürmische Blutung in ½ Minute **ohne Arznei** durch einen aus Meter-Höhe auf die Gebärmuttergegend herabgelassenen Strahl kühlen Wassers und Maßnahmen wie oben zum Stillstand zu bringen. Die Natur war es, welche dieses „Wunder" verrichtete, und sie verrichtet, naturgemäß unterstützt, fortwährend Wunder. Welche Reformation, wenn alle Frauen wissen werden (und dann auch nicht mehr so sehr eingeschüchtert sein werden) mit wie einfachen Mitteln und Maßnahmen sie sich selbst helfen können und zwar tausendmal besser als der Allopath mit seinem Mutterkorn und seinem Eisensequichlorid. Siehe auch Fehlgeburt.

Gebärmutterentzündung. Außer der Schleimhaut der Gebärmutter kann sich auch die übrige Substanz derselben entzünden. Dieselbe äußert sich alsdann durch starken Frostanfall, einer schnellen und hochgradigen Temperatursteigerung (41 ° C.) und einer bedeutenden Vermehrung des Pulses (bis zu 120 ° in der Minute). Außerdem ist das Organ äußerst schmerzhaft, besonders bei Druck auf den Unterleib; auch fühlt die Hand durch die Bauchdecken hindurch an der schmerzhaften Stelle eine harte, mehr oder weniger unregelmäßige (höckerige) Geschwulst. Die Stuhlentleerungen sind behindert, und in dem Bereiche der vom Kreuzbein ausgehenden Nervengeflechte, die bis zur Ferse herab ausstrahlen, treten Schmerzen und Ameisenlaufen auf. Unter gewöhnlichen Umständen währt die Krankheit mehrere Wochen und geht nicht selten in Eiterbildung über, indem sich der oder die vorhandenen Eiterherde nach der Schenkelbeuge hin öffnen.

Die Gebärmutterentzündung tritt außer dem Wochenbett nur selten ein; noch am ehesten geschieht es beim Eintritt oder beim Aufhören der Menstruation und bei plötzlich unterdrücktem weißen Flusse, wie gesagt aber, in den meisten Fällen ist sie die Folge einer schweren oder langwierigen Geburt, oder unzeitiger Hilfe während derselben, oder eines falschen Verfahrens bei der künstlichen Hilfe zum Herbeischaffen des Kindes oder der Nachgeburt oder überhaupt die Folge roher geburtshilflicher Eingriffe; aber auch durch allzukräftige Nahrung, hitzige Getränke und schwere Erkältungen kann sie herbeigeführt werden.

Die Behandlung ist ganz dieselbe wie bei Unterleibsentzündungen überhaupt (s. d. Art.). Fleißig gewechselte kühle Umschläge und fleißiges Wassertrinken leisten hierbei vortreffliche Dienste. Vergl. Schwangerschaft.

Gebärmutterknickung oder sonstige Lageveränderungen der Gebärmutter. Hierunter versteht man die Veränderungen, welche die

Gebärmutter, besonders nach schweren Geburten, in ihrem Gelagertsein zu anderen Organen erleidet. So kann es geschehen, daß sich dieselbe nach vorn oder nach hinten oder nach einer der beiden Seiten neigt. Aber auch Knickungen der Gebärmutter können entstehen, wodurch eine wesentliche Störung des Blutumlaufs in der Gebärmutter entsteht. Infolgedessen vergrößert sich allmählich die Gebärmutter und es treten stärkere Absonderungen von Schleim und überreichliche Menstruation ein. Als Entstehungsursachen sind zu nennen: schnell hintereinander folgende Wochenbetten oder Fehlgeburten, ebenso die Anwendung der Geburtszange. Man erkennt Gebärmutterknickungen an unregelmäßigen Menstruationen, begleitet von Schmerzen in der Kreuzgegend und im unteren Teile des Unterleibes, sowie Verdauungsbeschwerden der verschiedensten Art.

Die Behandlung bestehe hauptsächlich in lauen Sitzbädern und strengem Halten auf regelrechten Stuhlgang (Klystiere, viel Obstessen 2c.), sowie täglicher milder Massage des Organs von unten nach oben, wenn die Knickung nach vorn ist, bei Rückenlage, oder von rechts oder links, nach der Mitte zu, jenachdem die Knickung stattgefunden. Liegt Grund zur Annahme vor, daß die Gebärmutter sich regelwidrig nach rückwärts gelagert hat (was die Patientin durch schmerzhaften Druck auf dem Mastdarm spürt), so sind die günstigen Erfolge durch eine täglich vorzunehmende halbstündige Bauchlage zu erzielen, durch welche das Organ gezwungen wird, sich allmählich wieder in die regelrechte Lage zu finden. Allmählich kühler zu nehmende Sitzbäder von kurzer Dauer müssen dann zur Stärkung der das betreffende Organ gleichsam in der Schwebe haltenden Mutterbänder dienen. Eine gut sitzende Leibbinde, sowie Vermeidung von Schnürleibern unterstützt das Heilverfahren wesentlich. Einen Abend um den andern ein Leibumschlag und Fußpackungen der meist kalten Füße. Milde, leicht verdauliche Diät. — In schweren Fällen ist eine innerliche, örtliche Behandlung eines geübten Frauenarztes zur Erzielung endgiltiger Heilung unerläßlich, doch darf diese Behandlung immer nur in solchen Maßnahmen bestehen, welche das weiche, empfindliche Organ nicht zu starken Reizen aussetzt.

Gebärmutterkrebs, s. Krebs.

Gebärmutterpolypen und anderweitige Krankheiten der Gebärmutter. Außer der Entzündung der Gebärmuttersubstanz von acuter oder chronischer Natur, kann sich auch das Zubehör der Gebärmutter, z. B. die breiten Mutterbänder und das sie überkleidende Bauchfell, entzünden. Ferner können geschwürige Stellen am Muttermunde und Schleimhautwucherungen (Polypen) ebenso wie Geschwülste in der Gebärmutterhöhle und in der Muskelsubstanz der Gebärmutter entstehen. Diese Leiden bedingen, weil immer von einem mehr oder weniger großen Zufluß von Blut nach der Gebärmutter begleitet, eine Vergrößerung des betreffenden Organes und erzeugen infolgedessen ein dumpfes, schmerzhaftes Gefühl von Fülle und Schwere im Unterleibe, das auch während des Liegens auf dem Rücken vorhanden ist, während des Sitzens sich jedoch verstärkt.

Bei Pressungen im Unterleibe, z. B. bei verhaltenem Atem, beim Husten, beim Ueberschlangen, beim Schwerheben, beim Sichniederkauern und bei erschwertem Stuhlgang tritt mehr oder weniger stark ein Gefühl auf, als wenn ein schwerer Körper aus der Scham heraustreten wolle.

Daneben können Harn- und Stuhlbeschwerden, Schmerzen im Kreuze, ein schweres, bleiernes Gefühl in den Oberschenkeln, Störungen in der Menstruation oder Ausflüsse aus den Geschlechtsteilen vorhanden sein. Alle etwa vorhandenen Beschwerden verstärken sich während der Menstruation. Außer diesen örtlichen Beschwerden sind lebhafte Verdauungsbeschwerden, wie z. B. Magendrücken, saures Aufstoßen und Erbrechen vorhanden. Die Schamteile sind unempfindlich oder krankhaft überempfindlich. Es besteht Abneigung gegen Beischlaf, gewöhnlich auch Unfruchtbarkeit. Tritt ausnahmsweise eine Befruchtung ein, so kommt es gewöhnlich zu einer Fehlgeburt.

Alle diese Leiden werden von der Naturheilkunde durch allgemein stärkende und ableitende Maßnahmen in erfolgreichster Weise behandelt, sodaß eine specielle Erkennung (Diagnose) nicht notwendig, weil für die Art der Behandlung belanglos ist. Siehe die vorhergehenden Krankheiten, sowie Polypen.

Gebärmuttervorfall. Die Ursachen desselben bestehen in der Erschlaffung der die Gebärmutter in ihrer Lage erhaltenden Gebärmutterbänder und in der Erschlaffung und der Erweiterung der Scheide; und es entsteht derselbe um so leichter, je umfangreicher und mithin schwerer das genannte Organ ist, also nach vorausgegangenen Geburten oder Fehlgeburten, wo die Gebärmutter sich noch nicht wieder verkleinert hat. Zu frühzeitiges Aufstehen aus dem Wochenbett oder körperliche Anstrengungen (Schwerheben) pflegen die Gelegenheitsursache zur Entstehung eines Vorfalles zu bilden. Leichtere Grade desselben pflegt man als „Senkungen der Gebärmutter" zu bezeichnen. Zu höheren Graden von Gebärmuttervorfällen ragt dieselbe als eine faustgroße, runde oder birnenförmige, rote oder bläulichrote Geschwulst aus der Scham heraus und ist nicht selten mit Wundheiten und Geschwüren bedeckt. Kreuzschmerzen, hartnäckige Stuhlverhaltung, Harndrang und starke Blutverluste sind die gewöhnlichen Begleiterscheinungen.

Die Behandlung bestehe in häufigen kalten (täglich mindestens früh und abends) Sitzbädern von 10—15 Minuten Dauer; außerdem ableitende Fußbäder und feuchte Ganzpackungen in nasse Leintücher. Vergl. weißer Fluß.

Geburt, s. Fehlgeburt, Gebärende und Schwangerschaft.

Gefängnisfieber, s. Nervenfieber.

Gefäßfieber, s. Entzündungsfieber und Faulfieber.

Gehirnentzündung 2c. 2c., s. Hirnentzündung 2c. 2c.

Gehirnfieber, s. Nervenfieber.

Gehörverlust. Professor Oertel, also eine der ersten und ältesten Autoritäten des Wasserheilverfahrens, rät nach vielseitiger Erfahrung bei

allmählichem Verluste des Gehörs durch Erkältung und zurückgetretenen Schweiß, den Kopf einige Mal täglich mit frischem Brunnenwasser abzureiben, ferner Wasserschnupfen (s. d. Art.) und während der Nacht eine Schwitzpackung des Kopfes vermittelst eines in frischem Wasser genetzten Tuches und darüber, wie gewöhnlich, ein überall gut anliegendes wollenes Tuch, damit der gesamte Kopf gehörig in Schweiß gerät. Vergl. Schwerhörigkeit und Taubheit.

Geisteskrankheiten. Die Geisteskrankheiten bedürfen für ihre Behandlung unter allen Umständen der Aufsicht eines mit dergleichen Uebeln durch lange Erfahrung vertrauten und mit richtigem Takte begabten Arztes, da in den allermeisten Fällen die Heilung mehr durch Einwirkung auf die innere (moralische) Natur herbeigeführt werden muß. Dennoch vermag auch, besonders in den ersten Stadien ein entsprechendes Wasserheilverfahren unendlich viel und oft genug alles. Dies gilt insonderheit von allen denjenigen Fällen, wo Geisteskrankheiten infolge fehlerhafter Menstruation oder infolge unterdrückter Hautausschläge ꝛc. entstanden sind, denn hier gilt es vor allen Dingen, die Grundursachen zu heben.

Man kann die Geisteskrankheiten ungefähr in drei Klassen einteilen, je nachdem die geistigen Thätigkeiten erregt oder aber abgestumpft sind. Zu den Geisteskrankheiten der ersteren Art gehören: Wahnsinn, Tobsucht oder Raserei, ferner Narrheit und Verrücktheit; zu der zweiten Art: Melancholie; zu der dritten Art: Blödsinn und im geringen Grade Scheu und Willenlosigkeit. In allen diesen Leiden erweist sich das Wasser als das heilsamste Getränk; es kühlt und beruhigt das heiße Blut des Tobenden und verdünnt und verflüssigt die dicken Säfte des Melancholikers. Noch wirksamer ist die äußere Anwendung des Wassers in Form von Waschungen, Uebergießungen, Sitzbädern, Halbbädern von längerer Dauer, Vollbädern, Douchen, Regenbädern, Klystieren und feuchten Einhüllungen des ganzen Körpers, denn alle diese Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens haben in solchen Fällen schon überraschende und staunenswerte Erfolge bewirkt. Siehe die betreffenden einzelnen Artikel.

Gekrösdrüsenentzündung. Diese Krankheit ist ebenso wie andere Unterleibsentzündungen zu behandeln. Vergl. Darmentzündung, auch Skrofulose.

Gekrösschwindsucht. Mit diesem älteren Ausdrucke bezeichnet man dasjenige Leiden, bei welchem die Gekrös- oder Unterleibsdrüsen in Verkäsung oder Vereiterung übergehen und dadurch bei dem Patienten, weil nunmehr die Aufnahme neuer Säfte aus dem Darmkanale in das Blut außerordentlich erschwert ist oder aber vollständig aufhört, allgemeine Abzehrung oder Schwindsucht bei gewöhnlich tief eingesunkenem Leibe auftritt. Es gilt hier im allgemeinen das bei Schwindsuchten (s. d. Art.) und bei der Skrofelkrankheit Gesagte.

Gelbes Fieber. Dieses hauptsächlich in Westindien und über einen großen Teil von Amerika ausgebreitete gefährliche Fieber hat einen

typhusartigen Charakter. Es tritt im allgemeinen wie jedes andere Fieber auf, nur mit dem Unterschiede, daß Galle in außergewöhnlicher Menge abgesondert wird und in den Magen übertritt, um alsdann erbrochen zu werden. In den letzten Stadien steigt die Erschöpfung auf den höchsten Grad und es treten Symptome allgemeiner Fäulnis ein.

Das gelbe Fieber verlangt dieselbe Behandlung wie das Nervenfieber (Typhus); insbesondere haben sich nach den vielfachsten Zeugnissen englischer und amerikanischer Aerzte (z. B. Currie's, Wright's und Anderer) kalte Umschläge über den Kopf, kalte Waschungen und namentlich Uebergießungen aufs trefflichste bewährt. Die Diät muß auch hier eine rein pflanzliche sein und gilt genau Dasselbe, was bereits über die Diät beim Gallenfieber und überhaupt bei dem Tropenfieber gesagt worden ist. Eine milde, kühle, reizlose Pflanzendiät ist es, welche, abgesehen von dem Acclimatisiertsein der Eingeborenen, dieselben am besten gegen derartige Fieber schützt, während der Eingewanderte durch eine zur fauligen Zersetzung überhaupt geneigtmachende und erhitzende, üppige und stark gewürzte Fleischkost nebst dem verderblichen Einflusse von schweren, geistigen Getränken aller Art den schädlichen Einflüssen des Tropenklima's Thür und Thor öffnet. Außerdem muß bei der Behandlung des gelben Fiebers auf die größte Reinlichkeit und der Kranke möglichst kühl gehalten werden.

Gelbsucht. Dieselbe besteht im gewöhnlichen Sinne des Wortes in einem einfachen Katarrh der Gallenwege, während die aus dem Blute stammende Gelbsucht bösartiger Natur ist und ohne Mitwirkung der Leber zu stande kommt, da sich bei den in solchem Falle bestehenden Zersetzungsprocessen des Blutes, z. B. bei Blutvergiftung durch Eiter, der freiwerdende Blutfarbstoff in Gallenfarbstoff umwandelt. Die gewöhnliche Gelbsucht hat eine mechanische Ursache, indem die in der Leber gebildete Galle durch irgend welches Hindernis in der Leber zurückgehalten wird, sodaß sie sich nicht in den Zwölffingerdarm ergießen kann, sondern durch die Venen und Lymphgefäße der Leber in das Blut übertritt. Jeder heftige Magenkatarrh, der sich auf die nächste Abteilung der Verdauungswege, auf den Zwölfingerdarm fortsetzt, kann eine Entstehungsursache der Gelbsucht bilden, indem die Schleimhaut des Zwölffingerdarms durch ihre starke Schwellung und Auflockerung die Einmündungsstelle des Gallenweges mehr oder weniger verlegt, oder der Katarrh der Schleimhaut des Zwölffingerdarms sich auf die Schleimhäute der Gallengänge fortsetzt und dadurch eine Verschwellung derselben bewirkt.

Derselbe Folgezustand wird eintreten, wenn die Gallengänge durch Gallensteine verstopft oder der Gallengang vom Darme her durch irgend welche Massen (z. B. durch Kindspech) verlegt ist (Gelbsucht der Neugeborenen), oder aber Geschwülste von der Bauchhöhle her, z. B. Krebsknoten, Lymphdrüsenanschwellungen 2c., den gemeinschaftlichen Gallengang zusammendrücken und verschließen.

Die Gelbsucht wird meist durch gastrische Erscheinungen, wie das

Gefühl von Vollsein, belegte Zunge, Appetitlosigkeit, Völle im Magen eingeleitet. Zunächst bekommen das Weiße im Auge und auch dünne Hautstellen einen Stich in's Gelbe, bald die ganze äußere Haut eine mehr oder weniger gelbe Färbung von blaßschwefelgelb bis citronengelb und selbst olivenfarbig und bronceartig. Der Koth ist in den meisten Fällen thonartig weiß, hart; Stuhl verstopft; Puls auf 40—50 Schläge verlangsamt. Mitunter ist heftiges Hautjucken und sogenanntes Gelbsehen vorhanden (alle Gegenstände erscheinen in einem gelben Lichte). Der Kranke fühlt sich müde und matt, obschon der Appetit in den meisten Fällen fortbesteht.

Die Krankheit tritt bisweilen heftig (acut) und mit leichtem Fieber verbunden auf, gewöhnlich aber verläuft sie chronisch und sehr langwierig. Den höchsten Grad zeigt dieselbe, wenn sich die Haut schwärzlich färbt, die sogenannte *schwarze Gelbsucht* oder *Schwarzsucht*; diese tritt jedoch nur bei hochgradigen organischen Veränderungen und Entartungen im Lebensgewebe und im Pfortadersystem auf.

Zu den häufigsten Ursachen gehören noch stark erhitzende, gewürzreiche Kost, die heiße Jahreszeit, kalter Trunk, Aerger, Zorn und körperliche Ueberanstrengungen.

In den allermeisten Fällen sind der reichliche Genuß von frischem Wasser und eine ganz leicht verdauliche Nahrung (Hafergrütze und anderweitige trockene und frische Gemüse aller Art), ferner der reichliche Genuß von Buttermilch oder auch sauerer Milch (dicke Milch) neben täglich zweimaligen kühlen Ganzabreibungen des Körpers die erfolgreichsten Mittel, das Leiden zu beheben, und leisten außerdem in Anbetracht des in dem Artikel „Gallenkrankheiten" Gesagten, die allnächtlich oder in Form der Neptunsgürtel anzuwendenden feuchten Leibumschläge die vortrefflichsten Dienste.

Als schnell und radikal wirkende Kur ist auf jeden Fall die *volle Wasserkur* zu betrachten, jedoch dürfen Douchen nur mit großer Vorsicht angewendet werden, oder es ist ganz davon abzusehen, je nachdem der Charakter mehr acuter (hitziger) oder mehr chronischer Natur ist. Außer den erwähnten Leibumschlägen oder Neptunsgürteln sind Sitzbäder und Klystiere von hoher Wirkung. Die Diät muß streng vegetabilisch, einfach und kühl sein (s. d. Art.: Die diätetischen Anwendungsformen des Naturheilverfahrens), außerdem ist viel Körperbewegung in frischer Luft notwendig, fleißiges Trinken von frischem Wasser und ängstliche Vermeidung aufregender Gemütseindrücke, besonders Aerger und Zorn.

Gelenke, Schwäche der, wird durch kühle Bäder, desgleichen Begießungen, durch feuchte Umschläge während der Nacht, und am Morgen, wenn der Umschlag fortgenommen wird, anzuwendender Massage am erfolgreichsten behandelt.

Gelenkentzündung, s. *Rheumatismus*.

Gereiztheit, s. *Nervosität*.

Gerstenkörner. Dies sind kleine Geschwülste am Augenlide, von der

Form und Größe eines Gerstenkornes und entstehen durch die Entzündung einzelner der die Augenwimpern einölenden Augenwimperdrüsen (Talgdrüsen) oder des dieselben umgebenden Zellengewebes. In zahlreichen Fällen sind sie eine Folge von Störungen in den Verdauungsorganen, und in diesen Fällen müssen natürlich diese erst behoben werden, wenn man hoffen will, Gerstenkörner auf die Dauer zu beseitigen, d. h. nicht immer wieder das Auftreten neuer zu erleben. Auch bringt die Gewohnheit, Kinder mit zarter oder auch verzärtelter Haut sehr warm zu waschen, unter Umständen noch dazu nicht sorgfältig zu waschen und alsdann sogleich an die Luft zu schicken, solche Leiden hervor.

Ist kalte oder rauhe Witterung vorhanden, so geschieht es dann sehr leicht, daß sich die Ausführungsgänge dieser Drüsen krampfartig verschließen und dadurch das von den Drüsen abgesonderte Fett nicht austreten kann und nunmehr durch die infolge der Verhaltung des Drüsensecretes gegebene Reizung des Drüsengewebes eine Entzündung und entzündliche Anschwellung desselben entsteht, welche entsprechend der Form dieser Drüsen eine gerstenkornförmige Gestalt zeigt.

Die Behandlung besteht darin, daß man sie mit erregenden Umschlägen (s. d. Art.) bedeckt, wodurch sie schnell beseitigt werden; durch Schwitzen und eine kühlende, mild abführende Diät (täglich reichlicher Genuß von Pflaumenmus) kann man die Kur noch wesentlich unterstützen.

Geruchlosigkeit, s. unter Geschmacklosigkeit.

Geruch, übler, s. Atem, übelriechender.

Geschichte der Wasserheilkunde, s. Wasserheilkunde.

Geschlechtsorgane. Die Krankheiten der männlichen und weiblichen Geschlechtsorgane finden unter den einzelnen Benennungen derselben ihre eingehende Erläuterung und Behandlung. Damit wir dieselben aber besser, also eingehender verstehen lernen, ist es nötig, einige Erklärungen über den anatomischen Bau, sowie über die Verrichtung der Geschlechtsorgane zu geben.

Die Organe, welche zur Fortpflanzung des menschlichen Geschlechtes dienen, bestehen bei beiden Geschlechtern aus einer, den für die Zeugung erforderlichen Stoff absondernden Drüse nebst Ausführungsgang, einem Behälter zur Aufbewahrung und Reifung und einem an die Körperoberfläche führenden Kanal. Man nennt sie Geschlechts- oder Zeugungsorgane, um die beiden Mittel der Zeugung: den männlichen Samen und das weibliche Ei zusammenzuführen und wechselseitig auf einander einwirken zu lassen, damit das weibliche Ei befruchtet, also zu einem Keime für einen neuen Organismus wird. Damit also die sogenannte Befruchtung zu stande kommt, bedarf es außer den Zeugungsorganen der Begattungsorgane. Die Zeugungsorgane beim Manne sind die Hoden, die Samenleiter und die Samenbläschen, bei der Frau die Eierstöcke, die Muttertrompeten und die Gebärmutter.

Die männlichen Geschlechtsorgane. Die beiden Drüsen, in denen der männliche Zeugungsstoff, der Samen, bereitet und abgesondert

wird, führen den Namen Hoden. Sie liegen beide, wie bekannt, im Hodensack, und bestehen aus zwei Teilen: dem eigentlichen Hoden und dem sogenannten Nebenhoden. Letzterer besteht eigentlich mehr aus einem Teile des hier vielfach geschlängelten Ausführungsganges, dem Samenleiter, welcher, vom Hoden aufsteigend, unter der äußeren Haut bis zur unteren Grenze des Unterleibes tritt, um daselbst durch einen Schlitz der Bauchmuskeln in die Bauchhöhle zu gelangen. Hier tritt er an die seitlichen Wände der Harnblase, um alsdann weiter in der Tiefe durch die Vorsteherdrüse hindurchtretend, in den Anfangsteil der Harnröhre einzumünden. Bei seinem Verlaufe vom Hoden bis zu der Spalte im unteren Teile der Bauchwand, durch welche er in die Bauchhöhle gelangt, ist er von Bindegewebe umgeben, in welches auch zugleich die zu den Hoden gehörenden Blutgefäße und Nerven zu diesen hinab und wieder hinaufsteigen. Diese Elemente zusammengenommen, bilden einen strangförmigen Körper, den sogenannten Samenstrang.

Durch die erwähnte Spalte, durch welche die soeben erwähnten Teile in die Bauchhöhle und aus derselben heraustreten, schlüpfen unter Umständen auch einzelne Teile oder Schlingen des Netzes oder des Dünndarmes, einen sogenannten Bruch bildend, und es wird aus dem Gesagten ersichtlich, auf welche Weise z. B. eine Darmschlinge in den Hodensack gelangt; zugleich sehen wir auch, wie leicht die männlichen Zeugungsorgane, wenn erkrankt, zugänglich für eine äußerliche Behandlung sind, z. B. bei Hodenentzündung, -brüchen ꝛc. Ebenso ist leicht ersichtlich, welchen außerordentlich günstigen Einfluß bei der Behandlung von entzündlichen Zuständen es übt, wenn der Hoden auf künstliche Weise derartig unterstützt wird, daß er nicht mehr die höchst empfindlichen Teile des Samenstranges (Nerven) durch den bei seiner Schwere ausgeübten zerrenden Zug zu reizen und in den Blutgefäßen die Circulation zu beeinträchtigen vermag.

Die weiblichen Geschlechtsorgane. Die Eierstöcke sind die Bildungsstätten der weiblichen Keime oder der Eier. Sie liegen seitlich an der Gebärmutter, eingesenkt in eine Nische, der sogenannten breiten Mutterbänder, also der beiden Bauchfellfalten, welche die Gebärmutter stützen und tragen. Der Eierstock besteht aus einem abgeplatteten, oval geformten, derben Körper von 2—3 Centm. Länge.

Die Eileiter oder Muttertrompeten sind zwei lange Röhren von geringer Weite, welche die aus den Eierstöcken sich ablösenden Eier aufnehmen und in die Gebärmutterhöhle überführen.

Die Gebärmutter, also der Behälter der sich entwickelnden Frucht, ist ein muskulöser Körper, welcher zwischen die Harnblase und den Mastdarm gelagert ist, woraus sich erklärt, daß Vergrößerungen oder entzündliche Zustände der Gebärmutter auf das Befinden der erwähnten benachbarten Teile mehr oder weniger großen Einfluß üben können. Der Innenraum der Gebärmutter besteht beim nichtschwangeren Zustande derselben in einem sehr kleinen Hohlraum, also keineswegs in einer „Höhle"; der

vordere zapfenförmig sich verjüngende Teil der Gebärmutter ragt in die Scheide und wird deshalb als Scheidenteil bezeichnet. In seiner Mitte ist derselbe von einem im jungfräulichen Zustande der Gebärmutter sehr engen, im anderen Falle weiteren Kanale durchbohrt, welcher den Binnenraum der Gebärmutter mit der Scheide verbindet. Seine Ausmündungsstelle nach der Scheide hin wird als Muttermund bezeichnet.

Die Menstruation (Monatsfluß, Regel, monatliche Reinigung, Periode) bezeichnet die Loslösung eines im Eierstocke ausgereiften Eichens. Sie stellt sich in den kälteren Klimaten im 13.—15. Lebensjahre ein und ist von einem 3—5—8 Tage anhaltenden Blutabgange aus der Gebärmutter begleitet. Das Blut stammt hauptsächlich aus den feinen Blutgefäßen der die Gebärmutterhöhle auskleidenden Schleimhaut und aus den Eierstöcken. Im 46.—50. Jahre hört gewöhnlich die Menstruation vollständig auf und es erlischt zugleich die Zeugungsfähigkeit des Weibes. Die Menstruation, die bekanntlich je am 28. Tage wiederkehrt, tritt ausnahmsweise auch während der Schwangerschaft und während des Stillens ein; bei Krankheiten der Eierstöcke und bei hochgradig erschöpfenden Allgemeinerkrankungen setzt dieselbe aus, ohne daß man befürchten muß, daß ein Schaden daraus entstehen könnte.

Hinsichtlich der geschlechtlichen Functionen bestehen bei verschiedenen Menschen außerordentlich große Verschiedenheiten bezüglich des Geschlechtstriebes und des sich hieraus ergebenden geschlechtlichen Bedürfnisses. Hierbei sind weder die Constitution noch die Beschäftigung, noch die Nahrung für sich allein maßgebend. In dem einen Falle ist ein großes Bedürfnis vorhanden, durch dessen Befriedigung die Kraft und Energie des Körpers erhöht wird, in anderen Fällen ist die Fähigkeit in reichlichem Maße vorhanden und doch wirkt die Befriedigung des Geschlechtstriebes mehr oder weniger nachteilig.

Nur zu oft leitet sich bei der gegenwärtigen Nahrung und Lebensweise ein unnatürlich vermehrter Geschlechtstrieb aus dieser her oder der Geschlechtstrieb hat eine rein örtliche Veranlassung, z. B. in den Geschlechtsteilen bei gewissen Reizungszuständen derselben, oder im Gehirn und Rückenmark, z. B. bei der entsprechenden Einwirkung auf die Phantasie und den sich hieraus herleitenden Vorstellungen. Wie naturwidrig viele Einflüsse sein müssen, die schon den zarten kindlichen Organismus treffen, geht allein schon aus der einen Thatsache hervor, daß wir heutigen Tags eine ziemliche Anzahl von kleinen Kindern zu beobachten Gelegenheit haben, welche ihre Geschlechtsteile in einer unnatürlichen Weise erregen, also zu einer Zeit, wo von einer Samenbildung und dem hierdurch gegebenen natürlichen Reize gar nicht die Rede sein kann (Onanie). Dagegen werden die sogen. Samenergießungen (Pollutionen) hauptsächlich durch entsprechende wollüstige Vorstellungen der Phantasie oder auch durch entsprechende Reize, welche die Lebensweise mit sich bringt, und die unter solchen Verhältnissen sich einstellen, herbeigeführt. Dieselben treten leicht im Jünglingsalter, beim Eintritt der Geschlechtsreife auf und wiederholen sich von Zeit zu Zeit

in der Nacht, hervorgerufen durch wollusterregende Träume. Eine lebhafte Phantasie, ganz besonders aber eine nicht naturgemäße Lebensweise, z. B. reichliche und reizende, dabei stark gewürzte Speisen, erhitzende (Caffe, Chokolade) und geistige Getränke, ebenso wie eine sitzende, unthätige Lebensweise, erzeugen Samenergießungen oder vermehren dieselben ersichtlich. Es stellt sich leichtes Unwohlsein ein, wie Kopfschmerz, Schwere in den Gliedern u. s. w.

In anderen Fällen verleitet der heftig erwachende Geschlechtstrieb zur Selbstbefleckung (Onanie, Masturbation) oder zu allzu oft wiederholter Ausübung des Beischlafs, oder es kommt, wenn die beiden genannten Fälle nicht eintreten, zu Samenergießungen, die anfänglich von dem Gefühle der Erleichterung, später von dem der Mattigkeit und Ermüdung gefolgt sind; auch macht sich eine anhaltende Verstimmung geltend. Der Mangel ernsterer geistiger Beschäftigung und vor allen Dingen eine ungenügende körperliche Thätigkeit, sowie die Lektüre von Büchern, die wollüstige Vorstellungen erwecken, bringen es mit sich, daß die Phantasie eines jungen Mannes ausschließlich auf das Geschlechtliche gerichtet ist und sich nach und nach eine förmliche Gedankenunzucht entwickelt. Aber auch örtliche Reizzustände in den Geschlechtsorganen und ihrem Zubehör können Anlaß zur Onanie oder zu Samenergießungen geben, so z. B. Reizzustände der Harnröhre, der Hoden und des Samenstranges, Würmer (Springmaden im Mastdarm) und übermäßige Ansammlungen von Hauttalg zwischen Haut und Eichel. Bei längerem Bestande treten die Pollutionen oft nach geringfügiger wollüstiger Erregung ein (z. B. beim Drängen zum Stuhlgang oder zum Harnen, bei Gemütsaufregungen und übermäßigen körperlichen oder geistigen Anstrengungen). Der abgehende Samen ist dünn, wässrigschleimig. Derartige Samenergießungen, welche in dem Zustande reizbarer Schwäche und deshalb ohne besondere Veranlassung auftreten, deshalb zugleich von körperlichem und geistigem Siechtum begleitet sind, bezeichnet man als Samenfluß; in solchem Falle sind die Ausführungsgänge der Samenkanälchen in einem lähmungsartigen Zustande. Es darf jedoch nicht vergessen werden, daß die Folgewirkungen allzu großer Samenverluste auf den Körper vielfältig und arg übertrieben worden sind, und die Speculation sich dieser Angelegenheit in einem beklagenswerten Umfange bemächtigt hat, um die diesbezüglichen Patienten mit Angst und Furcht vor den denkbar schlimmsten weiteren Folgen (Rückenmarksschwindsucht) zu erfüllen und alsdann auszuplündern.

Die Begleiterscheinungen von Reizbarkeit oder Abstumpfung der Sinnesorgane an dem Gefühle der Abgeschlagenheit des Körpers, ferner die Gedankenverwirrung und die körperliche Schwäche, die Geist und Körper zu einer ernsteren Beschäftigung untauglich macht; die melancholische Gemütsstimmung, die blasse Gesichtsfarbe, die hohlen, umränderten Augen haben weiterhin die Unfähigkeit zur Folge, den Beischlaf auszuüben, also das geschlechtliche Unvermögen (Impotenz), das jedoch, wie ersichtlich, nur eine bedingungsweise ist, während es bei angeborenen Mängeln

der Geschlechtsteile, infolge von schweren Allgemeinleiden (Gehirn- und Rückenmarksleiden), absolut und folglich unheilbar ist.

Geschlechtsteile, Entzündung der, s. Gebärmutter-, Hoden-, Scheidenentzündung und Tripper.

Geschlechtsteile, Schwäche der, s. Pollutionen.

Geschmacklosigkeit. Zuweilen haben Erkältungen rheumatische Entzündungen zur Folge, welche den davon Befallenen des Geruchs- und des Geschmackssinnes teilweise oder vollständig auf längere Zeit oder gar für immer berauben. Diese überaus lästigen Uebel trotzen jedweder anderweitigen Behandlung und werden am sichersten durch die Wasserkur gehoben. Dr. Munde führt einen interessanten Fall dieser Art an: „Herr C . . . rat M. aus B., ein wohlgenährter, kräftiger Mann von etwa 40 Jahren, hatte sich beim Herausgehen aus dem sehr angefüllten Theater bei strenger Kälte einen Rheumatismus zugezogen, der ihn über ein Jahr lang des Geruchssinnes beraubte. Alle Mittel, die man dagegen anwendete, wie warme Bähungen, Dampfbäder 2c. 2c. waren vergeblich. Endlich unterwarf er sich einer Wasserkur, welche ihm nach vier Monaten seinen Geruch und seinen auch teilweise verloren gegangenen Geschmack wiedergab." „Ich traf ihn," erzählt Dr. Munde, „in Gräfenberg, wo er sich gerade in der Krisis befand. Er hatte eben ein sehr heftiges Fieber mit nervösem Charakter gehabt, von dem ihn Prießnitz in einigen Tagen befreit hatte, und litt nun an wütenden Schmerzen im Kopfe. Prießnitz prophezeihte ein Geschwür, das (wie es bei solchen Fällen gewöhnlich geschieht) im Ohre aufgehen würde, und so geschah es auch, worauf sich in dem Maße, als das Geschwür Eiter absonderte, auch sein Geruch und Geschmack wiederfand. — Er hatte außer dem gewöhnlichen starken Gebrauche der vollen Kur (mit zweimaligem täglichem Schwitzen) Kopf-, Mund- und Nasenbäder genommen und zuletzt einen Umschlag um die Schläfe getragen."

Geschwülste. Die Ursachen der Geschwülste sind zweierlei Art, d. h. entweder äußerliche oder innerliche. Die äußeren Anlässe sind die bei weitem häufigeren und bestehen hauptsächlich in mechanischen Verletzungen, wie Verrenkungen, Verstauchungen, Quetschungen 2c. (s. d. Art.). Die innerlichen Anlässe bestehen dagegen in krankhaften Anhäufungen von Säften und verlangen in den allermeisten Fällen eine volle Kur (s. d. Art.: Die Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens), örtliche Umschläge und eine strenge Diät. Sind Entzündung und Schmerz mit der Geschwulst verbunden, so ist ihre Behandlung ganz so wie bei den Entzündungen (s. d. Art.). Vergl. Geschwüre, Hodengeschwülste, Schwären, mäßige Anschwellungen, Zahnfleischgeschwülste 2c. 2c.

Geschwüre. Bei Geschwüren jeder Art sind erregende Umschläge von höchstem Nutzen, besonders bei denjenigen, welche anstatt eines gutartigen, zur Heilung dienenden Eiters, eine scharfe, wässrige Jauche absondern. Da solche Geschwüre stets von inneren Ursachen herrühren, so sind neben den Umschlägen Diät und Schwitzen die Hauptmittel dagegen.

Syphilitische Geschwüre erfordern zuweilen, wenn sie zu stark absondern, statt der feuchten, erregenden Umschläge nur trockenes Charpie.

Tägliches Baden in abgeschrecktem Wasser und Ausspritzen mittelst einer mit mehreren kleinen Oeffnungen versehenen Spritze; außerdem fördert die äußerste Reinlichkeit, die sich jedoch über den ganzen Körper erstrecken muß, die Heilung derartiger Geschwüre ganz außerordentlich.

Dr. Munde erwähnt, er habe durch recht strenge Mehlsuppendiät und tägliches Schwitzen Geschwüre in einigen Wochen zum Heilen gebracht, die einer medizinischen Behandlung und selbst einer starken Wasserkur, **ohne strenge Diät**, Jahre lang widerstanden hatten. Dies mögen sich Viele, die bei Leiden constitutionellen Ursprungs, also wo die Säftemasse verdorben ist, nur mit Wasser pantschen, gesagt sein lassen.

Sehr wirksam hat sich bei derartigen Uebeln das Baden im Flusse gezeigt und auffallender Weise scheint das Flußwasser zur Heilung offener Schäden mehr geeignet, als das Brunnenwasser, weshalb auch schon der alte Wasserheilkünstler Dr. Hahn (noch vor Prießnitz) solchen Kranken rät, die leidenden Teile oft in Flußwasser zu baden, sie dem Strome auszusetzen und dem Strome entgegenzuwaten. Er belegt dies auch mit einigen Beispielen glücklicher Heilungen. So erzählt auch Floyer von einem Manne, der ein von einer Verbrennung herrührendes offenes Geschwür am Fuße hatte, das bei aller wundärztlichen Behandlung nicht weichen wollte. Als er nun einst, da ein großer Liebhaber vom Angeln war, mit bloßen Füßen in einen Fluß hinkte und zwei Stunden darin verweilte, bemerkte er beim Herauskommen, daß sein vorher ganz rotes und entzündetes Geschwür blaß geworden war. Er wendete dieses ganz zufällig gefundene Heilmittel auch noch fernerweit an und war in vierzehn Tagen geheilt. Vergl. die folg. Art. Mercurial- oder Queckfilbersichtum, Schwüren, Skrofeln und Syphilis.

Geschwürkrankheiten. Bei Geschwüren aller Art ist in erster Linie den etwaigen Ursachen nachzuforschen, also wenn möglich zu ergründen, ob wohl, was in so zahlreichen Fällen die Ursache von Geschwüren ist, krankhafte oder doch giftige Stoffe in der Säftemasse des Körpers vorhanden sind, welche die Natur vermittelst der Geschwüre aus dem Körper auszuscheiden trachtet. Im Allgemeinen kann man sagen, daß alle Geschwüre, welche anstatt eines regelrechten, gutartigen Eiters, eine scharfe, wässerige Jauche absondern, mit erregenden (s. d. Art.: Die Anwendungsformen des Naturheilverfahrens) Anwendungsformen behandelt werden müssen. Im Uebrigen siehe über Geschwüre die einzelnen Artikel z. B. Nagelgeschwüre, Krampfadergeschwüre ꝛc. ꝛc.

Gesichtsfinnen, s. Finnen.

Gesichtsgrind, s. Grind; vergl. Flechtengrind.

Gesichtskrampf, s. Krampf.

Gesichtsrose, s. Blattern und Rose.

Gesichtsröthe, siehe Finnen.

Gesichtsschmerz (Fothergill'sche Gesichtsschmerz, Tic douloureuse). Der-

selbe ist fast immer halbseitig; bald in Nerven des Oberkiefer's (Oberlippe, Nasenflügel, obere Zähne oder auch Gaumen und Nasenflügel und untere Zähne) oder in den Nerven des Unterkiefers (Zähne am Kinn, Unterlippe, Zungenspitze). Hierbei ist Speichelfluß vorhanden. Am häufigsten ist der Gesichtsschmerz in der Mitte der Wange, sich alsdann nach den drei Nervenbezirken ausbeitend. Ziehend, brennend, reißend, stechend, klopfend, sind diese Schmerzen mit Zuckungen der Gesichtsmuskeln und Mitempfindungen entfernter Nerven (im Genick und in den Gliedmaßen) verbunden. Die Schlagadern klopfen heftig, das Gesicht ist gerötet und glänzend, gedunsen; mitunter Hautausschläge und Ausfallen der Haare. Der Gesichtsschmerz ist also ein äußerst schmerzhaftes, oft bis zur Unerträglichkeit sich steigerndes Uebel der Gesichtsnerven, besonders jener Aeste des fünften Nervenpaares (nervus higeminus) die sich auf der Stirne, den Wangen und im Ober- und Unterkiefer ausbreiten, auch der siebente Hirnnerv ist daran beteiligt. An diesem schmerzhaften Zustande beteiligen sich, wie erwähnt, auch noch oft die Nerven anderweitiger Körperteile, so die Nerven der Arme, der Beine, der Schenkel und Brüste. Der betreffende Schmerz tritt bald mit, bald ohne Gefühl auf und zwar mit und ohne besondere Veranlassung; oft nach Erkältung, nach Gemüthsaffecten, nach Störungen im Unterleibe, oft beim Essen oder Sprechen, unter der Einwirkung eines leichten Windhauches oder einer leisen Berührung. Derselbe kann Minuten, Stunden, ja halbe Tage lang anhalten. Ueber seine Ursachen ist unendlich viel hin- und hergestritten worden, d. h. ob das Leiden nervöser, rheumatischer oder gichtischer Natur ist. Die Allopathie hat bis jetzt nach keine irgendwie zuverlässige Heilmethode gegen dieses schreckliche Uebel gefunden und hat schon zu den verzweifeltsten Mitteln gegriffen, und zwar nicht blos zu den stärksten narkotischen Giften aller Art, sondern auch zur Durchschneidung der betreffenden Nerven.

Am besten hat sich aber auch hier wiederum eine volle Wasser- und Diätkur (s. d. Art.: Die Anwendungsformen des Naturheilverfahrens) bewährt. Nur darf man hier nicht gleich von vornherein zuviel erwarten, da dieses Nervenübel, wie jede anderweitige sogenannte Neuralgie (Nervenschmerz) nur in ganz seltenen Fällen örtliche Ursachen hat, also z. B. in entzündlichen Zuständen und dadurch bewirkten mehr oder weniger festen Ausschweifungsproducten in denjenigen Knochenkanälen, durch welche diese Nerven in Gemeinschaft mit Blutgefäßen (Adern) aus dem Schädelinnern auf die Oberfläche des Schädels und in das Gesicht heraustreten. In der unendlichen Mehrzahl der Fälle hat der Gesichtsschmerz wie die zahlreichen anderweitigen „Nervenschmerzen" (Neuralgieen) seinen Grund in denjenigen Ernährungsstörungen — und Ernährungsstörungen rufen immer auch Functionsstörungen hervor — des Nervensystems, welche durch eine überaus üppige, stark gewürzte einseitige, schwerverdauliche und infolgedessen gesundheitswidrige Diät entstehen.

Die Folgen hiervon sind Magen- und Leberleiden, überhaupt ungenügende, oder sonstwie gestörte Verdauungsthätigkeit, wobei der Appetit

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

unter Umständen gut und sogar vortrefflich sein kann und zwar eben deshalb, weil bei einer regelwidrigen oder ungenügenden Verdauung dem Körper zu wenig neue und gesunde Säfte und Kräfte zugeführt werden und deshalb ein entsprechend großes Verlangen nach Nahrung (Appetit) vorhanden ist. Alte, veraltete und bereits tief eingewurzelte Magen-, Dickdarm- und Leberübel (gestörter Abfluß der Galle nach dem Zwölffingerdarme) sind deshalb bei zahlreichen Nervenleiden das eigentliche Grundübel, und wer derartige Uebel nicht zu bemeistern versteht, der wird „Nervenschmerzen" die anfallsweise (paroxysmenartig) zeitweilig kommen und wieder verschwinden, niemals auf die Dauer zu heilen im Stande sein.

Wenn man die betreffenden Patienten dazu bringen kann, längere Zeit eine einfache und womöglich nur in ein und derselben Nahrung bestehende Diätkur anzuwenden (z. B. eine Obst- oder eine Milch-, oder eine Buttermilch-, Molken-, saure Milch- oder eine Traubenkur), so wird man unter Nebenhergehen der Anwendung einer milden Wasserbehandlung ausgezeichnete Erfolge haben. In der Alltagspraxis liegen die Verhältnisse gewöhnlich aber der Art, daß eine der obenerwähnten Kuren „ohne Berufsstörung" nicht so leicht angewendet werden können oder die Betreffenden nicht die erforderliche Energie und Ausdauer aufzubringen im Stande sind, um eine derartige Kur mehrere Wochen lang mit Beharrlichkeit fort- und durchzuführen. Denn um sich krank zu machen entwickeln die Menschen eine bewunderungswürdige Energie und Ausdauer, wenn es aber darauf ankommt, die mit solcher Sorgfalt, Ausdauer und Beharrlichkeit gezüchtete Krankheit zu heilen, so haben die Wenigsten die Geduld dazu, und zwar am allerwenigsten der Naturheilkunde gegenüber, weil in ihren Hirnen noch der ebenso abscheuliche als verderbliche Aberglaube steckt, auf ein Mal krank werden komme es nicht an, („wofür also das schlechte Leben") denn alsdann geht man ja zu dem oder jenem Priester der Medizinheilkunde oder zu sonst einem medizinischen Ablaßkrämer, beichtet seine wider die Gesundheit begangenen Sünden, kauft sich für so und soviel Batzen einen medizinischen Ablaßzettel (Recept), holt sich alsdann, wie man meint, die auf dem Recepte verschriebene Portion von Gesundheit aus der Apotheke und „löffelt" nun, wie man meint, die durch eine gesundheitswidrige Lebensweise verloren gegangene Gesundheit sich wieder ein. Solche Kranke gehören, wenn es irgend thunlich, in eine Naturheilanstalt.

Da also der Gesichtsschmerz gewöhnlich nicht rein „nervöser" Natur ist und jederzeit die Lebensweise, in erster Linie die Diät, einen wesentlichen Einfluß auf denselben übt, so ist es am geratensten, sich in dieser Hinsicht die bei der Gicht (s. d. Art.) angegebenen Regeln zur Richtschnur zu nehmen, bei der Wasserkur sich nicht zu sehr aufzuregen, besonders nicht viel zu schwitzen, keine starken Douchen (Sturzbäder) zu nehmen, überhaupt alles zu vermeiden, was das Nervensystem stark afficiert. Insbesondere ist auch das zu berücksichtigen, was bei der Kopfgicht (s. d. A.) angegeben wurde. Außerordentlich gute Dienste leisten die Kopf- und

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i arzneilosen Heilkunde.

Gesichtsdampfbäder, in der Art, daß man sich ein Tuch zeltartig über den Kopf hängt und nun aus einem Topfe mit kochendem Wasser die warmen Wasserdämpfe gegen die schmerzhaften Stellen aufsteigen läßt, mit nachfolgenden (während der Nacht) feuchten, anschließenden Umschlägen (Dunstpackungen) um den Kopf. Dieselben führt man derart aus, daß man ein feuchtes Linnen über die betreffenden Stellen legt, darüber etwas Wollenes (Flanell) und endgiltig eine dichte Nachtmütze oder eine Nachthaube derselben Art. Wenn feuchte Wärme nicht vertragen wird, was bei nervösen Schmerzen öfter der Fall ist, so ist trockene Wärme der Art anzuwenden, daß man den ganzen Kopf in, womöglich ein Stück, Watte einhüllt, sodaß nur Oeffnungen für die Augen und die Atmungswege bleiben (Gesichtsmaske), und über diese Watteeinhüllung, damit sie gut anschließend bleibt, eine Nachtmütze oder Nachthaube dicht anlegt, oder durch Tücher festbindet. Hierdurch ist man oft im Stande, einen heftigen Anfall zu verhüten, besonders, wenn man diese Kopfeinhüllungen sofort anwendet, sobald sich die ersten Zeichen eines Anfalls zeigen und man die Einhüllungen eine oder einige Nächte (noch besser auch am Tage) liegen läßt.

Hat die Reizbarkeit der Gesichtsnerven einmal stark überhand genommen, so thut man gut, sich vor jeder Erkältung in Acht zu nehmen und das Gesicht durch Umbinden eines seidenen Tuches, mindestens bei der Nacht vor der Einwirkung der kalten Luft zu schützen und die Ohren mit Baumwolle zu verstopfen und dadurch vor Wind und Zugluft zu bewahren. Nunmehr muß man durch häufigere Waschungen des Gesichts und der Ohren allmählich die Nerven abhärten und an Kälte gewöhnen, wenigstens bis zu einem gewissen Grade.

Angemessene milde, reizlose Diät (kein Caffe, keine Gewürze) ist unumgänglich nötig (s. d. Art.: Die Anwendungsformen der Naturheilkunde); jeder Diätfehler, jede Unmäßigkeit im Essen muß streng vermieden werden, solange die Krankheit nicht gehoben ist. Tritt der Schmerz nach einem Diätfehler oder nach längerer Vernachlässigung einer regelmäßigen Diät ein, so läßt er nicht eher nach, bis der Magen leer, die Blutmasse genügend verdünnt und das Nervensystem beruhigt ist. Man trinke vor allen Dingen reichlich frisches Wasser, wodurch die Magennerven gestärkt und beruhigt werden. Man mache sich ferner viel Bewegung, um die Blutcirculation zu bethätigen und nehme kühle Klystiere, um regelmäßige Ausleerung und Ableitung zu bewirken. Bei kräftiger Constitution sind langdauernde (halbstündige) kühle Sitzbäder, die nicht blos ableiten, sondern auch den Nerven neue Spannkraft geben, von vortrefflicher Wirkung; ebenfalls günstig wirken kühle Fußbäder. Für geschwächte Personen sind Ruhe, abwechselnd mit den obenerwähnten örtlichen Maßnahmen, angezeigt, ebenso gewährt das unter dem Artikel Ausspülen des Mundes (s. d. Art.) angegebene Verfahren große Erleichterung.

Bei einem gereizten Zustande von Nervenbezirken, die dem Gehirn so nahe liegen wie die Gesichtsnerven, wirkt natürlich geistige Anstrengung

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

nachteilig, genau so wie alle anderen das Nervensystem schwächenden und reizenden Einflüsse, Gemütsbewegungen, Ausschweifungen 2c. 2c. Ueberhaupt muß man, um derartige Anfälle möglichst zu verhüten, alle starken und plötzlichen Reize, sowie auch mechanische Beleidigungen (Druck, Stoß 2c.) von den Nerven fernhalten; wie denn oft genug schon ein einziger hohler Zahn dazu Veranlassung giebt, sobald etwas Zucker, Käse, Gewürz (z. B. Salz oder ein Pfefferkorn), ein Temperaturreiz (zu kalte oder zu warme Speisen) oder ein mechanischer Reiz, z. B. durch Beißen mit einem hohlen Zahne auf ein Stück Brot 2c. auf den Zahnnerv einwirkt.

Gicht. Dieselbe besteht in einer eigentümlichen Erkrankung des Blutes, indem sich in demselben ein großer Ueberschuß von Harnsäure anhäuft, welcher weiterhin neue, chemische Verbindungen eingeht und sich in der Form von harnsauren Salzen in den Gelenkbändern, in den Knorpeln und Sehnen und in den Nieren ablagert; und — wenn dies hauptsächlich in dem Gelenke, welches die große Zehe mit dem Mittelfuß verbindet, geschieht — unter dem Namen Podagra oder Zipperlein bekannt ist.

Dieses Leiden entwickelt sich am häufigsten zwischen dem 30. und 40. Jahre und tritt entweder acut oder chronisch auf. Im ersteren Falle tritt die Gicht in einzelnen Anfällen auf, denen Störungen in der Verdauung, Hämorrhoidalbeschwerden und überhaupt Zeichen von Blutstauung in den Unterleibsorganen vorausgehen. In den meisten Fällen tritt ein Gichtanfall ohne besondere Vorboten (z. B. ein Gefühl von Kälte, Taubheit oder stechender Schmerz in der großen Zehe) auf. Vielmehr treten unter leichten Fieberbewegungen in dem Ballen der großen Zehe stechende und bohrende Schmerzen auf, mit dem Gefühle, als ob dieser Teil mit einer Zange gezwickt (daher: Podagra) oder in einen Schraubstock gezwängt würde. Unter überaus heftigen Schmerzen, die durch keine Lage des Kranken erleichtert werden können, schwillt die Haut über dem betreffenden Gelenke an, rötet sich und wird später dunkelrot. — Nach mehreren Stunden erfolgt ein Nachlaß der Schmerzen, die jedoch in der nächsten Nacht in einem erneuten Anfalle sich wieder in hohem Maße steigern. So wechseln Schmerzanfälle und zeitweilige Ruhepausen wochenlang mit einander ab, bis mit Entleerung eines starken Bodensatz absetzenden Harns die Schmerzen ganz aufhören und die Röte und Anschwellung der erkrankten Stelle verschwindet, wobei zugleich eine Abschuppung der Haut eintritt. Alsdann folgt eine längere Pause, bis sich oft nach vielen Monaten oder Jahresfrist ein neuer Anfall einstellt, jedoch werden die schmerzfreien Zwischenräume nach und nach immer kürzer, bis endlich der Kranke nie frei von Beschwerden ist, also die chronische Gicht sich ausgebildet hat. Bisweilen werden auch mehrere Gelenke zu gleicher Zeit von der Gicht befallen und springt dieselbe alsdann nicht selten von einem Gelenk auf das andere über.

Bei der chronischen Gicht sind die Schmerzen bei den Anfällen nicht mehr so heftig, die Anfälle jedoch von längerer Dauer. Es treten nunmehr die kennzeichnenden Ablagerungen der Gicht in den Gelenken

auf, sodaß letztere mehr oder weniger steif werden, anschwellen und die Gelenkflächen aus ihrer regelrechten Lage kommen. Die örtliche Geschwulst ist bei der chronischen Gicht nicht rot, sondern weiß und die Haut mehr oder weniger wassersüchtig angeschwollen. Schmerzen sind beinahe unaufhörlich vorhanden. In den schweren Fällen finden sich immer die erwähnten Anschwellungen und Ablagerungen an und in den erkrankten Gelenken und erschweren wesentlich die Bewegungen derselben. Die Gelenke des Fußes und der Hand werden am meisten von ihr betroffen, schon weniger das Schulter- und Kniegelenk. Die Gichtknoten, welche anfänglich weich sind, verkalken weiterhin vollständig, sodaß die Gelenke und Gelenkknorpel förmlich wie mit Gips umhüllt sind. Derartige weiße, mörtelartige Ablagerungen werden bisweilen nach außen, mit Eiter vermischt, ausgestoßen, indem sich sogen. Gichtgeschwüre bilden.

Die sogen. innere Gicht besteht hauptsächlich in gichtischen Erscheinungen des Magens und des Herzens, auch des Gehirns und des Brustfelles, da die serösen Häute wegen ihrer gleichartigen Bauart mit den Gelenkkapseln auch unter den Einwirkungen des krankhaft veränderten Blutes zu leiden haben.

Bei dieser berüchtigten, bis auf die neuere Zeit für unheilbar erklärten Krankheit steht die Naturheilkunde förmlich wunderthätig da und die Heilbarkeit dieses überaus schmerzhaften und langwierigen Leidens ist durch zahlreiche glänzende Kuren des Naturheilverfahrens unwiderleglich bewiesen.

Schon im hohen Altertume finden wir die, wenigstens teilweise, Anwendung des kalten Wassers bei Gichtanfällen. Schon Hippokrates ließ die schmerzhaften Gelenke mit kaltem Wasser übergießen und Galen bestätigte die heilsamen Wirkungen dieses Verfahrens. Nicht minder glückliche Kuren machten Sanctorius, Floyer, Hahn, Gremmler u. A.; andererseits wurde es innerlich von Cordanus und Theden verordnet. Chirac heilte mehrere Gichtkranke radical dadurch, daß er sie nur Wasser trinken ließ.

Es muß jedoch bemerkt werden, daß die bloß äußerliche rücksichtslose Anwendung des kalten Wassers bei acuten Fällen die Heilbestrebungen der Natur unterdrücken und sogenannte Versetzungen der Gicht bewirken kann. Es ist deshalb und noch aus anderweitigen Gründen bei der Gicht eine volle Kur (s. d. Art.: Naturheilkunde und ihre Anwendungsformen) des Wasser- und Diätheilverfahrens notwendig. Reichliche Körperbewegung und sonstige Körperbethätigung an der frischen Luft und entsprechende Diät im Essen und Trinken heilen nicht nur die Gicht ganz sicher, sondern verhüten sie auch ebenso gewiß. Und warum?

Die Gicht ist eine echte, regelrechte Folgekrankheit einer naturwidrigen Lebensweise, besonders im Essen und Trinken. Sie ist ohne Diätsünden gar nicht denkbar. Sie ist ein Privilegium der bevorzugten Klassen der Gesellschaft und ist bei armen, unbemittelten Leuten, die sich durch üppiges und unmäßiges Essen und Trinken nicht versündigen können,

ebenso wie bei Holzhackern, Tagelöhnern und überhaupt solchen Personen, welche sich beständig an der freien Luft bewegen und sich tüchtig körperlich ausarbeiten, niemals zu finden. Denn, was in diesen Kreisen oft genug als „Gicht" bezeichnet wird, sind gewöhnlich alte, schlecht ausgeheilte Gelenkrheumatismen oder die sogenannte entartende Gelenkentzündung, bei welcher sich ähnlich wie bei der Gicht Auftreibungen der Gelenkenden, der Knochen und Functionsstörungen in den Gelenken bilden. Die hohe Wichtigkeit dieser Krankheit, die so recht deutlich darthut, wie durch eine naturwidrige und dadurch gesundheitswidrige Lebensweise Krankheiten erzeugt und förmlich gezüchtet werden, machen es uns zur Pflicht, uns über das Wesen dieser Krankheit und ihre Behandlung, sowie über die Mittel, sie zu verhüten, etwas ausführlicher zu verbreiten.

Wenn wir einen Ofen mit verschiedenartigem Feuerungs- oder Heizmaterial heizen, so ist je nach der Art dieses Materiales mehr oder weniger starker „Zug" im Ofen notwendig, wenn die Heizmaterialien vollständig zu Asche verbrennen sollen. Hat ein Ofen überhaupt sehr wenig Zug, so bleiben selbst von im Uebrigen leichter verbrennlichen Heizmaterialien Rückstände auf dem Roste zurück, weil, wie gesagt, eine vollkommene oder überhaupt ausgiebige Verbrennung (also eine chemische Verbindung des in der Luft gegebenen Sauerstoffs mit dem Brennmaterial) nur dann möglich ist, wenn hinreichende Zufuhr von Luft, also auch von Sauerstoff, vorhanden ist. Steinkohlenheizung braucht die reichlichste Zufuhr von frischer Luft, als „Zug im Ofen", Holzfeuerung dagegen die geringste; je leichter verbrennlich ein Stoff ist, desto weniger braucht er „Zug", um den für die Verbrennung erforderlichen Sauerstoff herbeizuschaffen.

Genau so verhält es sich mit dem menschlichen Körper. Werden demselben schwer verdauliche Nahrungsstoffe, die ja auch zugleich das Heizmaterial für den Körper bilden (sehr fette und üppig nährende, concentrierte Fleischspeisen 2c.), zugeführt, wird derselbe also mit Steinkohlen geheizt, so braucht er weit mehr „Zug", d. h. ausgiebige Bethätigung der Lungen, um jene Stoffe endgiltig chemisch umzuwandeln, d. h. zu verbrennen. Die Lunge ist es ja, welche gleich einem Gebläse, einem Blasebalg, Luft (Sauerstoff) in das Blut befördert, um daselbst die erforderlichen chemischen Umwandlungs- und Verbrennungsprocesse zu ermöglichen. Die Reste der Verbrennung, die Aschenbestandteile, sind in Wasser löslich und werden durch die Nieren in Form von „Harnstoff" ausgeschieden. Ißt der Mensch sehr üppig und reichlich, ohne dabei sich hinreichend körperlich zu bethätigen, wodurch die Lunge ausgiebiger zu atmen gezwungen wird, so werden die im Blute chemisch umzuwandelnden Stoffe nicht genügend umgewandelt und verbrannt, es bilden sich „Schlacken" (Krankheitsstoffe), die, weil im Wasser unlöslich, auf dem Roste, den Nieren, liegen bleiben und im Körper verbleibend das Material zu „Gichtstoff", Nierensteinen, Blasensteinen, Harngries (das sind solche Schlacken) und Gichtknoten liefern.

Ueber die Gicht liegen uns die vortrefflichsten Mitteilungen aus der

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Literatur der Wasserheilkunde vor, unter denen sich besonders die Schilderungen des Wesens und der Krankheitserscheinungen der Gicht von Munde (in dessen Hydrotherapie) und von Krause (Hydrotherapie Wasserheilverfahren) auszeichnen. Diejenigen, welche sich eingehender für die Natur und das Wesen dieser Krankheit interessieren, mögen in Munde's Wasserheilkunde (Hydrotherapie), S. 342—490, selbst nachlesen.

a) Wesen, besondere Erscheinungen und Formen der Gicht. Die Gicht ist eine im menschlichen Körper vorherrschende Neigung (wir wissen jetzt, unter welchen Umständen allein eine solche „Neigung" möglich wird. D. H.), zur Erzeugung einer scharfen, saueren, eigentümlichen Flüssigkeit, welche, sobald sie in hinreichendem Maße vorhanden ist, durch die Selbstheilkraft des Körpers von den inneren Organen nach den äußeren Teilen, namentlich nach den Gelenken geworfen (d. h. daselbst abgelagert wird) und daselbst Schmerz und Entzündung hervorruft und bei öfterer Wiederholung der Anfälle einen kalkartigen Niederschlag daselbst absetzt und die Gelenke steif und unbrauchbar macht.

Ein Gichtanfall ist also nach den Lehren der Naturheilkunde eine Anstrengung der Naturheilkraft, um den vorhandenen Gichtstoff aus den inneren, edlen Organen, und namentlich aus den Verdauungswerkzeugen, wegzuschaffen, die von diesem Stoffe besonders belästigt wurden, ohne daß jedoch das Dasein derselben, wegen der eigentümlichen Einrichtung der Nerven dieser Organe, zum klaren Bewußtsein des Kranken kam, wie es beispielsweise in den äußeren Teilen, besonders in den Gelenken geschieht, sobald der Gichtstoff auf sie einwirkt. Doch macht sich das Vorhandensein des Gichtstoffes in den Verdauungsorganen durch allerhand Störungen in denselben bemerkbar, welche verschwinden, sobald der Gichtanfall vorüber ist und der Gichtstoff sich wieder in den äußeren Teilen abgelagert hat. Der unnatürlich starke Appetit, der manchmal vor einem Anfalle eintritt, dürfte darin seinen Grund haben, daß die durch die Einwirkung der gichtischen Stoffe gegebene Reizung ihren höchsten Grad erreicht hat, sowie die nach dem Anfalle eintretende, regelrechte Eßlust als Zeichen angesehen werden kann, daß die Verdauungswerkzeuge, nunmehr von dem Krankheitsstoffe befreit, ihre Verrichtungen wieder regelrecht durchzuführen im stande sind.

b) Krankheitsverlauf. Einem ersten Gichtanfall gehen gewöhnlich Verdauungsstörungen, Gereiztheit, Niedergeschlagenheit zur Zeit des ersten Schlafs vorauf. Gewöhnlich ergreift, wie anfangs bereits kurz erwähnt, der Anfall eines der kleinen Gelenke, insonderheit das Großzehen-Gelenk (Zehenballengelenk), von wo aus er sich alsdann auf die übrigen Gelenke ausbreitet. Doch sind auch Abweichungen häufig, indem der Anfall zuerst in einem großen Gelenk (z. B. im Schultergelenk) auftritt. Immer aber, welches Gelenk auch zuerst ergriffen sein mag, ist der Schmerz äußerst heftig, brennend, reißend und stechend, und der Körper allgemein fieberhaft aufgeregt, sodaß an Ruhe und Schlaf nicht mehr zu denken ist und der Kranke ängstlich nach jedem Mittel hascht, das ihm

Erleichterung von seinen Qualen verspricht. Neben den Schmerzen und dem Fieber ist der Puls hart und gespannt und der Anfall dauert gewöhnlich 24 Stunden oder noch länger, läßt aber alsbald an Heftigkeit nach, sobald ein gelinder, säuerlich riechender Schweiß eintritt. Manchmal tritt diese Erleichterung schon gegen Morgen ein und macht gegen Abend erneuten Schmerzen Platz. Das befallene Gelenk erscheint rot, geschwollen und entzündet und ist gegen jede Berührung äußerst empfindlich. Der saure, scharfe Geruch des Schweißes ist besonders an den kranken Stellen bemerkbar. Bisweilen wirkt der Schweiß so stark ein, daß er silberne Gegenstände schwarz anlaufen macht.

Dieses abwechselnde Besser- und Schlechterbefinden der Kranken dauert gewöhnlich vierzehn Tage und länger, bis die Natur den gesammten Gichtstoff aus dem Körper ausgeschieden hat, alsdann fühlt sich der Kranke außerordentlich viel wohler als *vor* dem Gichtanfall. Der während des ganzen Anfalles träge Stuhlgang kommt wieder in Ordnung und der Bodensatz im Harn (Urin) hört wieder auf. Ist das Wetter schön, so erwacht der Kranke gleichsam wie zu einem neuen Leben und bleibt, wenn er durch diesen ersten Anfall aufmerksam gemacht, nicht wieder in die früheren Diätfehler verfällt, bei einer sonst guten Constitution längere Zeit, oft mehrere Jahre, oft auch für immer von allen weiteren Anfällen dieser äußerst schmerzhaften Krankheit verschont. Bei einem bereits geschwächten Körper und bei erneuten Fehlern in der Lebensweise kehrt jedoch der Anfall gewöhnlich in der darauf folgenden feuchten oder kalten Jahreszeit wieder, und dauert oft mit geringer Unterbrechung mehrere Monate lang fort. Man hat also beim ersten Anfalle die mehr oder minder leichte, radicale Heilung am ersten in der Hand, bei völlig ausgebildeter, tief eingewurzelter Gicht dagegen ist jene zwar durchaus nicht unmöglich, allein sie erfordert alsdann solch' strenge Entbehrungen und eine Diät, die gerade Denjenigen, die sich durch eine üppige oder schwelgerische Lebensweise die Gicht zuzogen, so wenig behagt, daß Mancher das Uebel jenen harten Bedingungen vorzieht, unter denen er sich der Krankheit entledigen kann.

Solche oft wiederkehrende Gichtanfälle, sei es nun, daß sie regelmäßig ihre Zeit inne halten, oder, daß sie zu jeder Jahreszeit und bei der geringsten Veranlassung sich einstellen, bilden die *chronische* Gicht, welche man wieder in eine regelmäßige, d. h. auf gewisse Teile fixirte und zu bestimmten Jahreszeiten wiederkehrende und in eine *unregelmäßige*, der diese Eigenschaften fehlen, einteilen kann.

Das unregelmäßige Auftreten der Gicht und die lange Dauer der Anfälle können als böse Zeichen betrachtet werden, weil sie einen Beweis von der allgemeinen Schwächung des Körpers abgeben. Dieser gichtische Zustand des Körpers verlangt eine stete Aufmerksamkeit auf alle nachteiligen Gewohnheiten und Einflüsse, wenn nicht endgiltig ein trauriges Ende herbeigeführt werden soll.

Die *Gichtablagerungen*, welche die Gelenke steif und unbrauchbar

machen, sind ein Zeichen, daß das Selbstheilvermögen des Körpers nicht kräftig genug ist, diese Stoffe aus dem Körper zu schaffen. Sie sind gewöhnlich die Begleiter der unregelmäßigen Gicht, doch finden sie sich auch oft genug bei der regelmäßigen Gicht. Durch den Uebelstand, daß die Glieder unbeweglich sind, wird dadurch gerade der größte Nachteil für einen Gichtkranken herbeigeführt, nämlich der, daß gerade ausgiebige Körperbewegung, ohne welche die Gicht kaum heilbar ist, fehlt und somit die Krankheit durch sich selbst verschlimmert wird.

Man giebt der Gicht, jenachdem sie verschiedene Teile des Körpers befällt, verschiedene Namen, z. B. Fußgicht (Podagra), Handgicht (Chiragra), Kniegicht (Gonagra), Ellenbogen- und Hüftgicht, Schultergicht (Omagra), und spricht außerdem von Kopf- Kehlkopf- Lungen- Magen- Darm- Nieren- und Blasengicht 2c.

Immer ist die Gicht mit auffallenden Störungen der Verdauungsverrichtungen verbunden und jeder Gichtkranke täuscht sich, wenn er glaubt, daß er davon verschont bleibe und sich deshalb Diätfehler erlaubt, die ihm die größten Nachteile bringen müssen. Denn wenn er selbst Jahre lang, weder mit auffallenden Magenbeschwerden, noch mit Verstopfung zu kämpfen hat, so werden sich diese Symptome früher oder später bemerklich machen. Der Grund, warum diese Beschwerden sich oft erst so spät geltend machen, liegt hauptsächlich in der anatomischen Veranlagung der Nerven der Unterleibsorgane, die uns das, was in letzteren vorgeht, nicht zum klaren Bewußtsein kommen lassen. Nur ein dunkles Gefühl von Unbehaglichkeit oder von Belästigung ist es, was gewöhnlich aus dem Unterleibe zu unserem Bewußtsein kommt und welches sich nur bei außerordentlichen Störungen in Schmerz verwandelt. Nur eine gesunde Verdauung kann aus gesunden Speisen gesunde Säfte erzeugen, vorausgesetzt, daß sie ihr in einer Menge übergeben werden, die ihre Kräfte nicht übersteigt. Ist aber die Verdauung unregelmäßig und bereitet sie aus gesunden Speisen schlechte Säfte, wie es bei Gichtischen so oft der Fall ist, so ist klar, daß nur eine strenge Regelmäßigkeit im Essen und Trinken und eine sorgfältige Auswahl in den Speisen die in Unordnung gekommenen Verrichtungen der Verdauungswerkzeuge wieder in Ordnung bringen und in den Stand setzen wird, wieder gute und gesunde Säfte zu bereiten.

Hieraus erklärt sich auch, warum bei jedem einzelnen Gichtanfalle die Verdauungsstörungen mehr oder weniger stark in mangelndem oder krankhaft überreiztem Appetit, in bitterem oder sauerem Aufstoßen, aufgetriebenem Unterleib, Verstopfung, Hämorrhoidalbeschwerden, Hypochondrie 2c. 2c. sich zeigen, die allmählich wieder mit dem Anfalle verschwinden und einem allgemeinen Wohlbefinden Platz machen.

Ein fernerweites hauptsächliches Symptom der Gicht ist die Unthätigkeit der Haut. Wenn man bedenkt, welche Störungen die Unterdrückung der Hautthätigkeit und mithin auch der Producte der Hautausdünstung bei einem Menschen hervorbringen muß, so muß dies in

noch weit höherem Maße der Fall sein, wenn bei einem vorhandenen Krankheitszustande der Verdauungswerkzeuge noch weit mehr durch die Haut auszuscheidende, gesundheitsfeindliche Stoffe gebildet werden, als es sonst der Fall ist, und nunmehr der Organismus eines seiner hauptsächlichsten Hilfsmittel, um schädliche oder überflüssige Stoffe aus dem Körper zu entfernen, nämlich der Hautthätigkeit, entraten muß. Rechnet man hierzu noch die bei Gichtischen oft so mangelhafte Stuhlausleerung, so ist es unschwer, zu begreifen, wie der Körper eines Gichtischen mit schlechten Stoffen angefüllt und seine Säftemasse durch eine Menge schlechter gesundheitsschädlicher Stoffe verderbt sein muß.

Aus der fehlerhaften Bereitung des Nahrungssaftes (Speisesaft, Chylus) und der im Uebrigen mangelhaften Ab- und Aussonderung erklärt sich ferner der Umstand, daß Gichtische an einem Uebermaße von Schleimabsonderung und an demjenigen Zustande leiden, den das Volk sehr richtig als „Verdickung der Säfte" bezeichnet, was sich durch einen reichlichen Auswurf (auch aus dem Magen) kundgiebt. Außerdem ist die Blutcirculation eine träge.

Was die in der Säftemasse Gichtischer vorherrschenden, fremden Stoffe anlangt, so sind diese hauptsächlich saurer Natur, ebenso wie im Verdauungsapparate die Säurebildung vorherrscht. Nächstdem sind es kalkige und erdige Bestandteile (harnsaures Natron und harnsaurer Kalk), welche als ungenügend verbrannte (oxydierte), also ungenügend chemisch umgewandelte Schlacken die Säftemasse belasten und zeitweilig, wie bereits weiter oben erwähnt wurde, hauptsächlich in den Gelenken oder aber auch in den Nieren (als Nierensteine) oder in der Blase (als Blasensteine) abgelagert, nebenbei aber auch beständig als sogenannter „Harngries" im Harn ausgeschieden werden. — —

Nichts ist leichter einzusehen, als daß der reichliche Genuß von frischem Wasser (s. d. Art.: Wasser) und häufige Körperbewegung im Freien von eminentem Nutzen sein müssen, da die eine Maßnahme, das reichliche Wassertrinken, die Säfte in erwünschter Weise verdünnt und zugleich als Auflösungs- und Transportmittel (von den Ablagerungsplätzen nach der Haut hin und nach den Nieren) dient, die andere Maßnahme aber den mangelhaften Blutumlauf beschleunigt, eine ausgezeichnete Heilmaßnahme, weil hierdurch den unendlich zahlreichen feinsten Blutgefäßen oder Aederchen der Haut (Haar- oder Capillargefäße), denen die Ausscheidung gesundheitsschädlicher Stoffe in flüssiger und gasförmiger Gestalt (Schweiß, Hautausdünstung) obliegt, das Blut weit schneller und reichlicher zugeführt wird, als vordem, wo dasselbe verdickt war, deshalb weit langsamer circulierte und mehr im Körperinnern, als an der Oberfläche des Körpers (in der Haut) verkehrte.

Bei denjenigen Patienten, die durch das Leiden am Gehen und überhaupt an der freien Körperbewegung verhindert sind, muß die active, selbstthätige Körperbewegung durch passive, wie durch Fahren, Reiten 2c., hauptsächlich aber durch Massage, also durch Kneten, Reiben, Streichen,

Bürsten und sonstige zweckdienliche Manipulationen an den Gelenken, Muskeln und Gliedmaßen ersetzt werden.

Man darf sich aber nun nicht verleiten lassen, nach den bisher genannten, fast ausschließlich stofflichen (materiellen) Zuständen, die Gicht als etwas rein Stoffliches (Materielles) zu betrachten und sie bei der Kur ebenso zu *behandeln*, denn man würde alsdann ebensowenig zu einer vollkommenen Erklärung des rätselhaften Wesens dieser Krankheit, als zu einer radicalen Heilung derselben gelangen. Es spielt vielmehr auch bei der Gicht, wie bei allen Geschehnissen im menschlichen Körper, sei es in gesunden, sei es in kranken Tagen, das Nervensystem eine Hauptrolle, die nur mit dem Leben aufhört, denn ohne die Nerven und ihre regelrechte Lebensthätigkeit giebt es keine Gesundheit, und wenn diese verloren gegangen, keine Wiedererlangung der Gesundheit (Heilung, Wiedergenesung) und überhaupt kein *Leben*. In diesen wunderbaren Gebilden, den Nerven, waltet das wunderbare und geheimnisvolle Lebensprincip, ohne welches der menschliche Körper nichts anderes ist, als eine kunstvolle Vereinigung an sich *toter* Stoffe und Bestandteile, die ohne die belebende Kraft sofort zerfallen und sich wieder in ihre Urbestandteile auflösen.

Bei allen Gichtkranken ist eine mehr oder weniger große Reizbarkeit des Nervensystems, eine Schwäche desselben und namentlich der Verdauungsnerven vorhanden. Schon die unregelmäßige Verdauung, die trübe Stimmung, welche oft an Melancholie grenzt und die unter dem Namen der *gichtischen* Melancholie bekannt ist, die Neigung zum Zorne, die Empfänglichkeit für den Wechsel der Witterung, die nachteiligen Einflüsse, welche Geistesanstrengungen, häufiger Beischlaf, Gemütsaffecte, große Hitze, der Genuß erhitzender und aufregender Speisen und Getränke auf Gichtische ausüben, sind unwiderlegbare Beweise einer hochgradigen Nervenerregung und Nervenschwäche, so wenig auch manche Gichtkranke in Hinsicht auf ihre nichtsdestoweniger kräftige Muskulatur, daran glauben wollen. Ist auch das Nervensystem nicht in allen seinen Teilen geschwächt, so ist es doch in einzelnen Teilen krankhaft afficiert, auf jeden Fall bei *allen* Gichtkranken in den Unterleibsorganen, da diese sonst zuverlässig ihre Functionen regelmäßiger erfüllen würden. Sind nun aber die Nerven eines Apparates, wie die des Verdauungsapparates, verstimmt und krankhaft verändert, so greift diese Verstimmung leicht auf das gesamte Nervensystem über und breitet sich in dem Verhältnisse aus, in welchem anderweitige niederdrückende und überreizende Einflüsse auf dasselbe einwirken. Sehr häufig ist aber die Gicht eine bloße Folge *derartiger* Einflüsse und die krankhaften Veränderungen der Unterleibsnerven nur eine Folge der allgemeinen Schwächung des Nervensystems, wie man es bei Gichtischen findet, die sich durch Geistesanstrengungen, Kummer, Sorge, geschlechtliche Excesse und anderweitige nervenschwächende Einflüsse geschwächt haben.

In solchen Fällen zeigt auch der Mißerfolg sehr warmer oder sehr kalter Bäder und Schwitzkuren, wie sehr auf das zerrüttete Nervensystem

Rücksicht genommen werden muß und daß man die Gichtkranken am allerwenigsten nach der Schablone behandeln dürfe.

Einen weit wohlthätigeren Einfluß, auch auf geschwächte und angegriffene Nerven übt der äußere und innerliche Gebrauch des frischen Wassers, die Bewegung in der freien Luft, die geistige Zerstreuung, die Enthaltsamkeit von reizenden und erhitzenden Speisen und Getränken, vom Beischlafe, von geistigen Anstrengungen und vom Arzneischlucken.

Die Gicht befällt nur deshalb so häufig wohlgenährte Personen, weil diese durch zu üppige und überreichliche Nahrung das System der Unterleibsnerven überreizt und überanstrengt haben, indem die Unterleibsorgane fortwährend in größter Thätigkeit sein mußten, um die dem Körper in überreichlichem Maße zugeführte reizende (scharf gewürzte) Nahrung und entsprechende Getränke (insonderheit Wein) die Unterleibsnerven in steter Irritation erhielten, bis diese am Ende in den in Rede stehenden krankhaften Zustand versetzt wurden. Wird eine derartige Reizung noch durch starke Getränke (insonderheit durch schwere, erdige Weine) erhöht, so müssen alsdann die Folgen um so schneller eintreten, wie wir es in der That bei Weintrinkern nur zu oft sehen.

Unmäßigkeit im Essen neben dem Genuß von starken, geistigen Getränken und Mangel an Körperbewegung bleiben daher immer die Hauptentstehungsursachen der Gicht. Daher kehrt die Gicht auch nicht bei Denjenigen ein, welche einfach oder selbst kärglich zu leben gezwungen sind und sich dabei körperlich tüchtig ausarbeiten.

Richtig ist, daß auch eine unzulängliche und schlechte Nahrung, besonders, wenn zugleich Kummer und Sorge dazu kommen, oder sehr große Unregelmäßigkeiten im Essen und Trinken, zu große Strapazen, Mangel an der erforderlichen Ruhe, schlechte, feuchte Wohnungen und andere, die Kräfte des Körpers niederdrückende und erschöpfende Umstände und Entbehrungen die Functionen der Unterleibsorgane, und überhaupt der Unterleibsnerven schwächen oder einen directen Einfluß auf die Säftemischung (Säfteverderbnis) ausüben. Hieraus ist leicht zu ersehen, daß eine gesundheits-, vernunft- und naturgemäße Lebensweise auch hier wieder das sicherste Mittel ist, um ein derartiges schmerzvolles Leiden, wie es die Gicht ist, von sich fern zu halten.

Da nun allen Verrichtungen im menschlichen Körper das Nervensystem vorsteht, so ist es leicht verständlich, daß geistige Einflüsse von hoher Bedeutung gegenüber einem von der Gicht befallenen Organismus sein müssen, mithin übermäßige Geistesanstrengung, Kummer, Sorge und anderweitige niederdrückende Affecte, ferner Zorn und Aerger von tiefgehendem Einfluß bei diesem Leiden sein müssen.

Bekanntlich ist der gewohnheitsmäßige Genuß starker geistiger Getränke, die durch ihren immerwiederkehrenden Reiz die Verdauungswerkzeuge und insonderheit auch die Nierenfunctionen schwächen, eine ganz charakteristische Entstehungsursache der Gicht. Besonders sind es ganz starke Biere, säuerliche, erdige oder sonstwie schlechte Weine, die hier eine

verderbliche Rolle spielen. Das Podagra (Fußgicht) ist bei Weintrinkern ein bekannter Gast und man findet in den Kreisen der habituellen Weintrinker die meisten Gichtbrüchigen. Auch die schweren Lagerbiere erzeugen, wie es die tägliche Erfahrung lehrt, gichtische Leiden aller Art (Nieren- und Blasenleiden, Nieren- und Darmgicht, Nieren- und Blasensteine 2c.), zumal das Biertrinken gegenwärtig den Charakter des Biersaufens angenommen hat, wie wir dies bei einer sehr achtbaren Klasse unserer jungen Leute in Deutschland tagtäglich beobachten können, die sich, wie es scheint, dadurch zugleich auf ihren künftigen Beruf vorzubereiten scheinen. Auf diese Weise geht manche blühende Gesundheit und manches Talent zu Grunde, und Nieren- und Blasenleiden, Herz- und anderweitige Affectionen, Neigung zum Schlagfluß, lassen den zum Manne gewordenen Commersbruder seine früheren Versündigungen an seiner Gesundheit und seinen Unverstand zeitig genug bereuen.

Gichtern, s. Eklampsie.

Glieder, doppelte, s. englische Krankheit.

Gliederweh, s. Rheumatismus und Gicht.

Gliederreißen, s. Rheumatismus.

Gliedschwamm, s. Kniegeschwamm.

Glottiskrämpfe, s. Stimmritzenkrämpfe.

Goldene Ader, s. Hämmorrhoiden.

Gonagra, s. Gicht.

Gonorrhoe, s. Tripper.

Grauer Staar, s. Staar.

Gräfenberg, s. unter Wasserkuren.

Gries, s. Harnsteine.

Griesflechten, s. Flechten.

Grind, Erbgrind, Kopfgrind. Auf einem immer reinlich gehaltenen Boden wird dieses infolge Pilzwucherung entstehende Leiden sich nicht ausbreiten können. Allerdings wirkt als Entstehungsursache auch eine allgemeine schlechte Beschaffenheit des Blutlebens mit.

Das Leiden kommt hauptsächlich auf den behaarten Teilen des Kopfes, seltener im Gesicht, vor, und zwar vorzugsweise bei Kindern, bisweilen jedoch auch bei Erwachsenen. Die grauen oder strohgelben, rundlichen Grinde sind in der Mitte eingedrückt und von einem Haare durchbohrt und bilden eine weiche Borke, die aus unzähligen Pilzen besteht. Da dieselben weiterhin eine zusammenhängende, unebene Kruste bilden, die einer Honigwabe ähneln, so wird er auch Honigwabengrind benannt. Die Pilzwucherung geht bis in die Haarbälge und Haarwurzeln, wodurch heftiges Jucken entsteht und weiterhin die Haare abbrechen und verloren gehen. Die Haare verlieren ihren Glanz und ihre Farbe und lassen sich leicht ausziehen, sodaß, wenn man die Borke entfernt, unter derselben die glänzend weiße, von Haaren entblößte Haut zum Vorschein kommt. Die Krankheit ist ansteckend.

Der Haarscheerende Grind (Rasiergrind) tritt besonders auf

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i arzneilosen Heilkunde.

den behaarten Teilen des Kopfes, aber auch auf anderen behaarten Teilen, ebenso wie unter den Nägeln auf. Es bilden sich runde, umschriebene Stellen, an denen die Haare zunächst glanzlos werden und eine fahle, aschgraue Farbe annehmen. Allmählich verlieren die von den Pilzwucherungen ergriffenen Stellen ihre Haare, und es bilden sich kahle Flecke, die nur mit einigen Büscheln entfärbter und verkrümmter Haare bedeckt sind. Bei längerem Bestande ergreift die Pilzwucherung auch die Haarkeime und zerstört sie, sodaß ein Ersatz der verloren gegangenen Haare unmöglich wird.

An den nicht behaarten oder nur mit einem Haarflaum bedeckten Körperteilen bezeichnet man das Leiden als Ringwurm. Dasselbe zeigt sich als ein runder, roter und juckender Fleck von mehreren Centimetern Durchmesser, der sich an seiner Oberfläche abschilfert. Die Umgrenzungslinie desselben ist kreis- oder ringförmig, über der Haut erhaben und dunkler gerötet. Treten derartige Pilzwucherungen unter den Nägeln auf, so zersplittert die Nagelsubstanz leicht, indem sie uneben, höckerig und brüchig wird und eine schmutziggelbe Farbe zeigt.

Ueber den nässenden Grind s. d. Art.: Hautausschläge.

Alle Formen von Grind, mögen dieselben ansteckend sein oder nicht, müssen weniger örtlich, als vielmehr wie ein Allgemeinleiden behandelt werden; wird der Grund und Boden gebessert, auf welchem es gedeiht und nur gedeihen konnte, so muß es von selbst verschwinden. Wie zahlreiche Beispiele beweisen, erzielt eine durchgreifende Wasserkur, verbunden mit einer strengen Diät, die überraschendsten Erfolge. Die Kopfhaut oder sonstige, von dem Leiden ergriffenen Stellen der Haut sind zu pflegen, wie unter „Haare" genau geschildert ist, daneben sind ganze Bäder mit nachfolgenden kühlen Abreibungen, öfter ein Leibumschlag und viel Wassertrinken anzuwenden. In der Diät muß alles Fette und alle scharfen und gesalzenen Speisen vermieden werden. Strenges Halten auf guten Stuhlgang. Bei Säuglingen genügen Ganzpackungen und einfachste Diät. S. auch d. Art.: Flechten, Hautausschläge.

Grippe, Influenza. Die Grippe ist nichts anderes, als ein durch ansteckende Einflüsse in der Luft epidemisch auftretender Katarrh, und erfordert keine andere Behandlung als dieser (s. Katarrh). Sie wird nur gefährlich durch fehlerhafte oder vernachlässigte Behandlung. Wenn man aber das unter Katarrh vorgeschriebene Verfahren inne hält, strenge Diät beobachtet, zu warmes Verhalten und das viele Trinken von Thee aller Art meidet, was nebenbei eine wahre Plage für die an Grippe Leidenden ist, da deren Schleimhäute noch mehr erschlaffen und die ohnehin gesunkenen Verdauungskräfte ganz herunterkommen, so weicht die heftigste Grippe innerhalb von wenigen Tagen, ohne irgendwelche unangenehme Nachwehen zu hinterlassen. Vorzüglich sind wegen der meist vorhandenen Fieberbewegungen nasse Leintücher (feuchte Wickel oder „Packungen", s. d. Art.) im öfteren Wechsel anzuwenden und gegen die nicht selten hinzutretende Entzündung der Augen und Augenlider Augen-

bäder (s. d. Art.: Wasserheilverfahren, Naturheilverfahren, seine Anwendungsformen) anzuwenden, die Augen während der Nacht und, wo es angeht, auch am Tage mit nassen Läppchen zu bedecken, ebenso erregende Umschläge (s. d. Art.) im Nacken und, wenn erforderlich, ableitende Hinterkopfbäder von etwa 10—15 Minuten Dauer anzuwenden. (S. auch d. Art.: Halsentzündung.)

Grüner Staar, s. Staar.

Gurgeln, s. Ausspülen.

Gürtelrose. Die Gürtelrose besteht in einem gürtel- oder halbgürtelförmigen Hautausschlage in der Gegend der unteren Rippen und wird von gruppenförmig zusammenstehenden Bläschen gebildet, die sich gewöhnlich gleich einem halben Gürtel um die obere Bauchgegend herumziehen, zuweilen aber auch gleich einer Degenkoppel über die Schulter herunter sich ziehen. Die eigenartige Umgrenzung findet ihre Erklärung darin, daß den eigentlichen Heerd der Krankheit Nerven und deren Verzweigungen bilden, deshalb auch das die Nervenschmerzen kennzeichnende Reißen, Brennen und Bohren. Nicht alle Gürtelrosen sind harmlos, sondern manchmal der Beginn ernsterer Nervenleiden. Der Ausschlag ist jedoch selten und tritt gewöhnlich bei Affectionen der Leber und den damit vergesellschafteten „gastrischen" Zuständen (s. d. Art.) auf.

Die Behandlung soll eine schonende sein und besteht hauptsächlich in täglichem Schwitzen im feuchten Leibumschlag, oder noch besser im beständigen Tragen des Neptungürtels (s. d. Art.), nachträglicher feuchter Ganzabreibung oder einem Bad von 27 ° R. und einer einfachen Diät. Es ist darauf zu achten, daß die Leibumschläge gut bedeckt und dadurch genügend warm gehalten werden, damit der Ausschlag ordentlich auf die Haut tritt, während er im andern Falle sehr lange dauert und die heftigsten Beschwerden verursacht. Bei kaltem, rauhen Wetter hat der Kranke das Zimmer, oder selbst das Bett zu hüten. Ist die Gürtelrose ersichtlich ein Symptom eines Unterleibs- oder Brustleidens, so muß das bei diesen (s. d. Art.) angegebene Verfahren angewendet werden.

Haarkrankheiten und Ausfallen der Haare. Die Ursachen für diese Leiden können sehr verschieden sein: Schmarotzer (s. Grind), Folgeerscheinungen von Ausschlagkrankheiten, Typhus ꝛc.; ferner ausschweifender Lebenswandel, schwere Gemütserschütterungen, Ueberanstrengung durch geistige Arbeiten, Erblichkeit, Alter, vor allem aber Unsauberkeit, also mangelhafte Pflege des Haarbodens.

Außer den durch Schmarotzer bedingten Haarkrankheiten können die Haare auch in ihrer Entwickelung ein Uebermaß erfahren, indem sich an Stellen, z. B. bei Frauen im Gesicht, wo sonst nur feine Flaumhaare zu finden sind, ein dichterer und stärkerer Haarwuchs entwickelt. Ferner leidet der Haarboden und mit ihm die Haarkeime durch gesundheitswidrige Kopfbedeckung, durch schädliche Pomaden oder durch Hautkrankheiten in der Weise Schaden, daß die Haare in größerer Menge ausfallen und Kahlköpfigkeit entsteht. Gehen hierbei die Haarbälge verloren, so kann

von einem Wiedererſatz niemals die Rede ſein. Alle hiergegen empfohlenen „ſicher helfenden“ Geheimmittel ſind Schwindel.

Das vorzeitige Ausfallen der Haare wird verhütet und das Wachstum derſelben am beſten befördert, wenn man den Kopf fleißig mit abgeſchrecktem Waſſer (20— 15 ° R.) wäſcht und badet, denn ein beſſeres „haarſtärkendes“ Mittel, als das kühle Waſſer giebt es nicht. Nach einer ſolchen Waſchung iſt die Kopfhaut fleißig zu reiben oder zu bürſten, weil auch hierdurch ein Reiz auf den Haarboden ausgeübt wird, der ein ſtärkeres Herbeiſtrömen des Blutes, alſo eine reichlichere Zufuhr von Ernährungsmaterial zum Nährboden der Haare bewirkt, und nur günſtige Ernährungsbedingungen der Haarzwiebeln oder Haarwurzeln ſind imſtande, den Haarwuchs zu ſtärken und zu kräftigen.

Will man milder vorgehen, ſo begnügt man ſich mit einer bloßen feuchten (etwas kräftigen) Abreibung des behaarten Teiles des Kopfes. Man thut gut, nach der Procedur den Kopf recht ſorgfältig abzutrocknen und, wenn man noch nicht daran gewöhnt iſt, ſeine Haut abzuhärten, nicht im Winter damit anzufangen und immer erſt den Kopf wieder vollſtändig trocken werden zu laſſen, bevor man an die Luft geht. Ebenſo iſt die fleißige Anwendung des Kammes ein vortreffliches Mittel, um die Kopfhaut gleichſam zu frottieren. Auf keinen Fall darf die Procedur, beſonders die Bäder, zu lange, ſondern immer nur wenige Minuten lang angewendet werden.

Hagelkörner. Dieſelben entſtehen, wenn die entzündlich angeſchwollenen Augenwimperdrüſen (Gerſtenkörner) ſich nicht erweichen, ihr Inhalt alſo nicht nach außen entfernt wird, ſondern ſich verhärtet. Die Behandlung iſt ganz dieſelbe wie die der „Gerſtenkörner“. Campe erzählt, daß er in ſeiner Jugend nach den Blattern häufig an Gerſtenkörnern am Auge gelitten habe; infolge deren unpaſſender Behandlung durch Weinumſchläge ſei ein Hagelkorn, d. h. eine Vergrößerung und Verhärtung am Augenlide entſtanden; dieſe wurde zwar operiert, aber es folgte eine langwierige Augenentzündung; dieſe Nachwehen verſchwanden vollſtändig durch das Auflegen kalter Umſchläge.

Halbbäder, ſ. die Anwendungsformen des „Naturheilverfahrens.“

Halbſeitiger Kopfſchmerz, ſ. Migräne.

Hals, dicker, ſ. Kropf.

Halsentzündung. Dieſelbe kann akut oder chroniſch ſein und verſchiedene Specialbenennungen haben. Wie dieſe auch lauten mögen — die Behandlung nach den Grundſätzen der Naturheilkunde (welche einer exacten Diagnoſe zum Heilen einer Krankheit nicht bedarf) wird in allen Fällen die gleiche ſein. Da es jedoch bezüglich der Vorherſage (Prognoſe) für die Patienten und deren Angehörigen von oft beruhigender Wirkung iſt, die Art der Krankheit genau zu kennen, führen wir nachſtehend die einzelnen diesbezüglichen Erkrankungen in ihrem Weſen, ihren Erkennungsmerkmalen und ihrem Verlaufe an.

Bezüglich der Behandlung aller nachstehender Einzelerkrankungen des Halses s. den Art. Bräune.

1. Fieberhafter Katarrh der Kehlkopfschleimhaut.

Wesen und Entstehungsursachen. Die Begleiterscheinungen des Kehlkopfkatarrhs sind Husten, Heiserkeit, welch' letztere sich bis zur vollständigen Stimmlosigkeit steigern kann. Das Leiden ist akut oder chronisch. Im ersteren Falle entsteht es infolge von Erkältungen, besonders aber infolge von Reizungen der Kehlkopfschleimhaut (z. B. durch Trinken kalter Getränke bei erhitztem Körper), durch übermäßige Anstrengungen der Stimmbänder infolge von lautem Schreien, lautem, anhaltenden Sprechen und Singen. Ebenso sind kalte Füße, Blutstauungen in den Atmungsorganen als Ursachen zu betrachten. Auch tritt dieses Leiden als Begleiterscheinung von Masern, Typhus 2c. auf.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Es entsteht ein Gefühl von Rauhsein, Stechen und Kitzel im Kehlkopf; auch das Gefühl, als ob ein fremder, das Atmen behindernder Körper im Kehlkopf vorhanden sei, trockner Husten und steter Reiz zu Schlingbewegungen. Bei Kindern treten diese Erscheinungen mit Fieber auf. Anfänglich wird ein glasiger, durchsichtiger Schleim ausgehustet, der später gelb und schleimig-eitrig ist. Die Stimme ist rauh und heiser, oft beinah tonlos; beim Sprechversuch überschlägt sie sich, sodaß die rauhe und tiefe Stimme plötzlich hoch und scharf wird. Bei Kindern sind oft hochgradige Atmungsbeschwerden infolge krankhafter Anspannung der Stimmbänder vorhanden („falscher Croup). Allmälich wird der Husten bellend, rauh, die Stimme völlig tonlos, das Atmen geht nur mühsam und pfeifend bei gerötetem und angstvollem Gesicht; Erstickungsgefahr ist vorhanden.

Nach dem 7. Lebensjahre verliert der „falsche Croup" seine Gefährlichkeit. Derselbe ist bei der heutigen Art, die Kinder übermäßig warm (besonders am Halse) zu kleiden und dadurch die Haut zu verweichlichen, eine sehr häufige Kinderkrankheit, die besonders im Frühjahr und Herbst, und besonders während der Nacht aufzutreten pflegt. Der bellende Husten und das pfeifende Geräusch während das Einatmens lassen die Umgebung glauben, daß der echte Kehlkropfcroup, die häutige Bräune, vorliegt. Dieser Glaube wird oft künstlich genährt und den Eltern ein Vorrat von Brechwein überwiesen, um denselben bei derartigen Anfällen als erstes Mittel gegen die (vermeintliche) häutige Bräune anzuwenden.

2. Chronischer Katarrh der Rachenschleimhaut.

Derselbe entwickelt sich entweder aus einem nicht vollständig ausheilenden, akuten Kehlkopfkatarrh oder er bildet die Fortsetzung eines chronischen Katarrh's der Rachenhöhle oder auch die Begleiterscheinung anderweitiger Krankheiten (Polypen, Tuberkulose, Syphilis, Gebärmutterkrankheiten 2c.).

Es besteht ein Gefühl von Rauhigkeit und Kitzel im Kehlkopfe, eine heisere, klanglose Stimme, am Morgen häufiges Sichräuspern und Ab-

husten von grauen oder schleimig-eiterigen Massen. Bei hohen Graden kann die Stimme sogar völlig tonlos werden.

Die Behandlung bei diesem Leiden muß sich neben den unter Bräune erwähnten Maßnahmen hauptsächlich nach den Entstehungsursachen richten. Eine reine örtliche Behandlung, auf welche die allopathische Schule auch hier das Hauptgewicht legt, kann das Leiden nur verschlimmern. Beim weiblichen Geschlecht muß in erster Linie nach dem Gesundheitszustande der weiblichen Organe gefragt und das angeordnet werden, was zur Beseitigung der diesbezüglichen krankmachenden Ursache erforderlich erscheint.

3. Fieberhafter Luftröhrenkatarrh.

Wesen und Entstehungsursache. Derselbe ist entweder akut oder chronisch und besteht, wie schon der Name sagt, in einer katarrhalischen Entzündung der Luftröhre und ihrer Aeste, die sich durch Schwellung und Blutüberfüllung der betreffenden Schleimhäute und durch die den Katarrhen der Luftwege eigentümliche Schleimabsonderung charakterisiert. Die Absonderung besteht anfangs in einem zähen, glasigen Schleime; weiterhin wird derselbe trüb, gelb und eiterartig. Als Ursachen gelten Einatmungen von Staub, feuchtkalte oder heiße Luft. Kinder und Greise sind dem Luftröhrenkatarrh am häufigsten unterworfen. Auch ist derselbe eine Begleiterscheinung von Masern, Pocken und Typhus und von denjenigen Krankheiten, bei welchen eine Blutstauung in den Lungen vorhanden ist und bei Solchen, welche an Lungenerweiterung leiden.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Der akute Luftröhrenkatarrh beginnt gewöhnlich mit Schnupfen, mit oder ohne Fieber, begleitet von häufigem Frösteln. Der Auswurf besteht in einem glasartigen, zähen und ungefärbtem Schleime. Auf der Brust besteht ein Gefühl von Druck und Wundsein. Weiterhin wird der Husten locker und der Auswurf reichlicher und von weißgelblicher Farbe. Gesellt sich große Abgeschlagenheit und Schwäche hinzu nebst Stauungen im Verdauungsapparate, trockene und rissige Zunge, Fieber, voller und harter Puls, Glieder- und Magenschmerz, nebst unruhigem Schlaf — so bezeichnet man diesen Zustand als Grippe; dieselbe ähnelt daher einem leichten Typhus. Behandlung s. unter Grippe.

Steigt der Katarrh auch in die kleineren Verzweigungen der Luftröhre hinab (besonders im Kindes- und Greisenalter) z. B. bei Scharlach, Masern und Keuchhusten, so treten langanhaltende Hustenanfälle auf, nebst hochgradiger Kurzatmigkeit und trotz des starken Rasselns auf der Brust ist kein Auswurf vorhanden. Die Hinfälligkeit ist groß und der Zustand nimmt einen nervösen Charakter an. Es zeigt sich Schlummersucht und dergleichen. Bei Kindern in den ersten Lebensjahren bildet dieser Zustand eine lebensgefährliche Erkrankung, da gewöhnlich beide Lungenflügel davon angegriffen werden. Es ist aldann große Unruhe, sehr schnelles, unregelmäßiges und angestrengtes Atmen (Nasenflügelatmen) nebst mäßigem Fieber vorhanden. Die Haut ist heiß und trocken, das Genossene wird in der Regel erbrochen.

4. Der chronische Luftröhrenkatarrh.

Derselbe entwickelt sich entweder aus einem vernachlässigten, akuten oder ist ein Folgezustand eines in schlechter Säftebeschaffenheit wurzelnden Allgemeinleidens (Skrofulose, Syphilis ꝛc.); ebenso entwickelt er sich infolge von Blutstauungen in der Lungenblutbahn, wie sie bei Herzleiden und bei auszehrenden Lungenübeln aufzutreten pflegen.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Eine nie fehlende Begleiterscheinung ist andauernder Husten mit reichlichem Schleimauswurf, ein Zustand, der sich im Sommer wesentlich bessert, dagegen im Herbst und Frühjahr erheblich verschlimmert. Derselbe wird sehr oft mit chronischer Lungenentzündung oder auch mit Schwindsucht verwechselt, da er ein sehr ähnliches Krankheitsbild bietet!!!

Bei einfachem Katarrh wird durch den besonders am Morgen sich einfindenden Husten ein lockerer oder auch zäher, weißlicher oder gelber Auswurf zu Tage gefördert und zwar ohne Atembeschwerden und ohne daß Brustschmerzen vorhanden sind. Husten und Auswurf verschwinden in der wärmeren Jahreszeit von selbst vollständig.

Gesellt sich zum chronischen Katarrh infolge von Erschlaffung des Lungengewebes eine Erweiterung der Lunge (Emphysem) so ist ein krampfhafter, von Kitzel begleiteter Husten mit sparsamen und zähen Auswurf vorhanden, begleitet von fortwährender Atemnot, die sich nach körperlichen Anstrengungen (namentlich beim Treppensteigen) wesentlich verschlimmert, und bei Erkältungen zu heftigen Anfällen von Atemnot (Asthma) führt. Die Atmung findet mehr mit dem Bauche als mit dem Brustkorbe statt.

Hat ein lange bestehender Luftröhrenkatarrh bereits zu krankhaften Verdickungen der Schleimhaut geführt, so kommt es zu sackförmigen Ausbuchtungen einzelner Zweige der Luftröhre, welche dadurch entstehen, daß die Luft bei heftigen Hustenstößen durch die infolge der Auflockerung und Verdickung der sie ausscheidenden Schleimhaut verengten Verzweigungen der Luftröhre nicht nach außen hin entweichen kann. In diesen Fällen ist der Auswurf sehr reichlich, eitrig, dünnflüssig und fast gar nicht mit Luft vermischt. Findet der Auswurf längere Zeit keinen Ausweg, so zersetzt er sich und macht den Atem des Kranken höchst übelriechend.

5. Erweiterung einzelner Luftröhrenzweige.

Wie dieselbe zu Stande kommt, ist bereits beim Luftröhrenkatarrh erwähnt worden. Diese sackförmigen Erweiterungen haben die Größe einer Haselnuß bis zu der eines Eies und sind mit Schleim oder Eiter erfüllt; hieraus erklärt es sich, warum bisweilen, besonders am Morgen nach heftigen Hustenanfällen, große Mengen von Auswurf (bisweilen 1—2 Tassen voll) entleert werden können, ohne daß, wie der Kranke und seine Umgebung oft glauben, eine Vereiterung des Lungengewebes (ein Angegriffensein der Lunge) besteht und der Kranke in vielen Fällen, weil an unheilbarer Auszehrung leidend, sich selbst aufgiebt und von Andern aufgegeben wird, obschon das Leiden bei naturgemäßer Behandlung nicht die geringste Gefahr in sich schließt und in der Mehrzahl der Fälle geheilt,

in allen Fällen aber wesentlich gebessert wird. Der Appetit des Kranken ist gewöhnlich regelrecht vorhanden, der Kranke in vielen Fällen arbeitsfähig, und sein Befinden, sobald er sich wieder „ausgehustet" hat, ein leidliches.

6. Croupöse Entzündung der Luftröhrenschleimhaut.

Derselbe Proceß einer croupösen Entzündung, wie er beim Kehlkopf beschrieben ist, kann auch auf der Luftröhrenschleimhaut auftreten, und wie dort bildet auch hier die Entstehungsursache immer nur eine fehlerhafte Säftebeschaffenheit.

Heftige Anfälle von Husten und Atemnot und ein nur äußerst mühsam heraufgehusteter Auswurf von Faserstoffgerinnseln von der Dicke einer Stricknadel oder eines dünnen Bleistiftes und von dem Aussehen und der Zähigkeit gekochten Nudelteiges (Maccaroni) charakterisiren das Leiden. Haben sich die betreffenden häutigen Ausschwitzungen (wie bei der häutigen Bräune) auf eine größere Anzahl der Verzweigungen der Luftröhre ausgebreitet, so entsteht heftiges Fieber und Erstickungsgefahr.

Behandlung, wie anfangs erwähnt; s. auch d. Art. „Häutige Bräune".

Halsumschlag, s. die Anwendungsformen des „Wasserheilverfahrens".

Hämorrhoiden. Dieses chronische Unterleibsleiden besteht zunächst in einer Blutüberfüllung der Blutadern des Mastdarmes, die ihrerseits wiederum ihren Grund in einer allgemeinen Blutüberfüllung des Unterleibes (Plethora) hat. Infolgedessen stellen sich zeitweilig mehr oder weniger starke Blut- und Schleimabgänge aus dem After ein, die wesentlich zur Erleichterung des Uebels beitragen. Entleeren sich dagegen jene strotzenden Blutadern des Mastdarmes nicht, so entstehen die mannigfachsten Beschwerden, und zahlreiche anderweitige Leiden (Kreuz-, Brust- und Kopfschmerzen, Kolik, Verstopfung ꝛc.) nehmen daraus ihren Ursprung.

Wenn durch die übermäßigen Blutansammlungen in den Venen des Mastdarmes diese fingerdick werden, sich schlängeln, knotenartige Anschwellungen bilden und gelegentlich erschwerten Stuhlgangs nach außen gepreßt werden und vor den After zu liegen kommen, so nennt man dies „Hämorrhoidalknoten", welche viele Schmerzen verursachen. Platzen die erwähnten Hämorrhoidalknoten auf, sodaß sich das in ihnen enthaltene Blut entleert, so nennt man die Hämorrhoiden fließende (goldene Ader), geschieht es nicht, blinde. Die verschiedenen Symptome und Beschwerden, welche der Ausbildung der Krankheit vorausgehen und ihren Verlauf begleiten, nennt man Hämorrhoidalbeschwerden. Wenn anstatt des Blutes eine Schleimabsonderung stattfindet, so nennt man sie Schleimhämorrhoiden und treten dergleichen Ausscheidungen in den Harnwegen auf, so spricht man von Blasenhämorrhoiden.

Die Hämorrhoiden zeigen sich bei Männern und bei Frauen, besonders vom 30.—50. Lebensjahre. Bei Frauen kommt dieses Leiden seltener vor, einmal, weil dieselben überhaupt regelmäßige Blutausscheidungen haben und dann vor allen Dingen deshalb, weil sie viel mäßiger leben,

und insonderheit den geistigen Getränken nicht so zusprechen wie die Männer. Schwangere werden dagegen, wegen des auf mechanische Weise (durch die schwangere Gebärmutter) erschwerten Rückflusses des Blutes vom Mastdarme öfters davon befallen, jedoch verschwinden dieselben nach der Entbindung von selbst wieder. Hämorrhoiden bedeutet auf deutsch Blutfluß.

Ursachen: Das Leiden entwickelt sich immer aus fast unmerklichen Anfängen und ist fast ausnahmslos die Folge langjähriger Fehler in der Lebensweise, wodurch der Blutumlauf in den das Blut zum Herzen zurückführenden Adern (Venen) träge fließt, sein Gang sich verlangsamt.

Für die Bewegung des Blutes in den Aderbezirken des Unterleibes ist besonders kräftiges Atmen, hinreichende körperliche Thätigkeit, oder zum mindesten Körperbewegung, eine kräftige und regelmäßige Thätigkeit des Darmkanals (regelmäßiger Stuhlgang) von höchster Bedeutung. Daher ist auch in erster Linie ein sitzender Lebensberuf, der die vorgenannten Bedingungen wenig erfüllt, eine der hauptsächlichsten Ursachen; ferner üppige, allzu nahrhafte, zu stark gewürzte, schwer verdauliche und sehr blähende Speisen bei ungenügender körperlicher Thätigkeit, ferner der mißbräuchliche Genuß geistiger Getränke und besonders auch der häufige Gebrauch von Medicamenten, Abführmitteln aller Art und von reizenden Klystieren. Auch spielen hierbei eine wichtige Rolle eine verweichlichende Lebensweise, besonders auch die Vernachlässigung der Hautpflege, wodurch nach und nach dasjenige Blut, welches regelrechter Weise in der Haut und überhaupt an der Körperoberfläche (in den zahlreichen Muskeln, in die es sofort reichlich strömt, wenn dieselben durch körperliche Thätigkeit in Action gesetzt werden) verkehren sollte, sich im Körperinneren und hauptsächlich in den Organen des Unterleibes ansammelt und anschoppt, da das Stromgebiet des Unterleibes und insonderheit auch das Aderwerk der einzelnen Organe (Milz, Leber, Schleimhäute des Darmkanales 2c.) eine große Ausdehnungsfähigkeit besitzen und dadurch große Mengen Blutes aufzunehmen im stande sind.

Ferner wird eine Schwächung des Aderwerkes im Unterleibe, mithin auch die Folgewirkungen von derartigen Erschlaffungszuständen der Blutadern, hervorgerufen durch Onanie und anderweitige geschlechtliche Ausschweifungen (zu häufigen Beischlaf 2c.).

Die Vorhersage betreffs des Ausganges und der Heilung des Leidens ist immer günstig; nur dürfen diejenigen fließenden Hämorrhoiden, an welche sich der Organismus, infolge von langer Dauer, „zu sehr gewöhnt hat", zumal an die periodische Wiederkehr derselben, und wo dieselben als Ableiter anderweitiger Krankheiten dienten, nicht plötzlich beseitigt oder überhaupt unterdrückt werden, da dies oft sehr nachteilige Folgen hat.

Behandlung. Was die Behandlung anlangt, so muß dieselbe immer wieder gegen die Grundursache gerichtet sein und erst dann sich gegen die näheren Ursachen richten. Das höchste Erfordernis ist und bleibt, die Säftemasse im Unterleibe zu verringern, indem man die Blut-

circulation in diesen Teilen befördert. Oft ist nur notwendig eine veränderte Lebensweise (mehr kühle, reizlose, wenig gewürzte Speisen und vollständige Vermeidung oder doch wesentliche Einschränkung des Genusses von erhitzenden und geistigen Getränken), neben ausgiebiger Körperbethätigung (fleißiges und regelmäßiges Spazierengehen, Gartenarbeiten, Turnen [Zimmergymnastik], Fechten, Reiten, Schwimmen, Velocipedfahren, Rudern, Holzsägen 2c. 2c.) und am sichersten wirkt eine volle Wasserkur (s. Naturheilkunde und ihre Anwendungsformen), weil dieselbe alle die Entstehung von Hämorrhoiden und deren Fortdauer begünstigenden Einflüsse beseitigt und auch das erfolgreichste Mittel ist, um eine allgemeine Umstimmung in den Unterleibsorganen hervorzurufen und ein fehlerhaftes Mischungsverhältnis der Säfte zu beseitigen.

Am erfolgversprechendsten und überhaupt am rationellsten ist es, zunächst eine Aenderung der Lebensweise eintreten zu lassen, d. h. eine angemessene, durchaus kühle, mildnährende Diät, welche in leicht verdaulichen (mehr pflanzlichen, als Fleischnahrung) Substanzen zu bestehen hat, kalte Milch, viel frisches Wasser, Weißbrot und Obst; ferner das Schlafen auf der bloßen Matratze, anstatt in erhitzenden Federbetten, Vermeiden von vielem Sitzen, tüchtige Bewegung in der freien Luft, am Morgen und am Abend kühle Ganzwaschungen werden in den meisten Fällen schon für sich allein zum Ziele führen.

Ist das Leiden nicht schon sehr weit vorgeschritten, so wird es durch das eben genannte Verfahren vollständig behoben; ist es dagegen schon tief eingewurzelt und weit vorgeschritten, so genügt dieses Verfahren nicht, und es müssen Sitzbäder, Klystiere und, wenn irgend möglich, Massage der Leber in Gebrauch gezogen werden, um vor allen Dingen in diesem Organe die stockende Blutcirculation zu beleben und zu beschleunigen. Denn die hauptsächlichste Blutanschoppung ist bei diesem Leiden besonders in der Leber gegeben, in welcher schon allein bei reichlicher, üppiger und erhitzender Nahrung Blutanschoppungen eintreten, desgleichen durch den mißbräuchlichen Genuß geistiger Getränke, ebenso wie durch oberflächliches, unzulängliches Atmen, wie es bei mangelnder Körperbewegung und vor allen Dingen bei einem sitzenden Lebensberufe — und noch weit mehr, wenn derselbe ein Nachvornübergebeugtsein des Körpers verlangt — der Fall ist. Insofern können Hämorrhoidalleiden auch eine Berufskrankheit (z. B. bei Schuhmachern) bilden. Mit jedem Atemzuge wird eine bestimmte Menge Blut aus der Leber und überhaupt aus dem Unterleibe in die Brusthöhle gehoben, indem die Lunge wie eine Saugpumpe bei jedem Atemzuge auf das in den Blutbahnen des Unterleibes befindliche Blut einwirkt. Die Herzkraft, welche das Blut bereits durch ein System feinster Aederchen (die Haar- oder Capillargefäße der Unterleibsorgane) getrieben hat, vermag es für sich allein nicht, das nunmehr in seiner Bewegung entsprechend verlangsamte Blut auch noch durch das feine Haargefäßnetz in der Leber zu treiben, deshalb spielt für die Blutcirculation in der Leber die Atmung eine so außerordentlich wichtige Rolle, und bei

hinreichend kräftiger, tiefer und überhaupt ausgiebiger Atmung werden Blutanschoppungen in der Leber niemals anzutreffen sein; hieraus wird erklärlich, warum wir sie bei Schuhmachern fast ausnahmslos (d. h. bei Solchen, die eine ausreichende oder sogar überreichliche und fette Nahrung zu sich nehmen, noch weit mehr), dagegen bei Landbriefträgern nicht oder nur in ganz seltenen Ausnahmefällen finden.

Niemals ist es geraten, die Hämorrhoiden blos durch die einseitige Anwendung von kalten Bädern beheben zu wollen.

Bei Hämorrhoidalleiden, die schon sehr ausgebildet und tief eingewurzelt sind, leisten milde, längere Zeit hindurch fortgesetzte Schwitzkuren die vortrefflichsten Dienste und es wird durch diese Anwendungsform zugleich die wenig vorteilhafte Einwirkung von kalten Bädern bei Hämorrhoidalleiden vermieden.

Neben diesen Schwitzkuren werden natürlich kühle Bäder, kühle Ganzwaschungen oder feuchte Ganzabreibungen angewendet, ebenso wie erregende Leibumschläge (Neptunsgürtel, s. d. Art.), außerdem reichliches Wassertrinken, um die Säftemasse zu verdünnen und zu einem flotteren Umlauf (Circulation) zu befähigen, ferner kühle Klystiere und erregende, die Spannkräfte aller Gewebe (Aderwände) und die betreffenden Nerven belebende (tonisierende) Sitzbäder (24—18 ° R.) von längerer Dauer (20—30 Minuten).

Bei einer derartigen Behandlung von Hämorrhoidalleiden zeigen sich häufige und sehr reichliche Blut- und Schleimflüsse und starke übelriechende Schweiße. Treten Fieberbewegungen ein, so läßt man den Patienten nach der feuchten Packung, also nach der Einwickelung in feuchte Leintücher in abgeschrecktem Wasser baden, bis sich die Fieberbewegung wieder legt.

Die Kur ist leicht, ganz gefahrlos, aber sie fordert Geduld, da sie öfters längere Zeit in Anspruch nimmt. Immerhin ist es erstaunlich, wie gründlich derartige, oft sehr veraltete und tiefeingewurzelte Leiden in verhältnismäßig kurzer Zeit geheilt werden können.

Handbäder, s. Wasserheilverfahren und seine Anwendungsformen.

Hände, Aufspringen der, s. Erfrierungen.

Handgicht, s. unter Gicht.

Harnabgang, unwillkürlicher. Das Unvermögen, den Harn zu halten, beruht entweder auf erhöhter Reizbarkeit des Blasenschließmuskels, oder auf Schwäche und Lähmung, oder auch auf einem krampfhaften Zustande desselben. Erstere findet häufig im Kindesalter, beim weiblichen Geschlechte während der Schwangerschaft statt, und letztere tritt entweder als Begleiterscheinung (Symptom) irgend eines Leidens auf, oder im Greisenalter. Tritt das in Rede stehende Leiden als Symptom, also als Krankheitszeichen auf, so muß natürlich in erster Linie das betreffende Leiden in Behandlung genommen werden (s. auch den Art. Blasenlähmung).

Bei selbständigem Vorkommen des in Rede stehenden Leidens behandelt man das Uebel durch kurze Sitzbäder von 10—15—20 Minuten,

häufiges Waschen und feuchte Abreibungen des Kreuzes, der Lenden, des Rückens, des Nackens, des Hinterkopfes und des Unterleibes mit den nassen Händen oder einem in kühles Wasser getauchten Tuche. Desgleichen sind feuchte Umschläge und Einhüllungen der Blasen- und Nierengegend, der Schamteile, des Mittelfleisches, sowie der Rückgratsgegend bis zum Nacken hinauf, anzuwenden. Bei weiblichen Patienten kann täglich ein Schwamm in kaltes Wasser getaucht und an die weiblichen Teile über Nacht gelegt und befestigt werden oder öfter (dreimal täglich) Einspritzungen von kühlem Wasser in die Mutterscheide gemacht werden, neben der Anwendung der oben erwähnten Sitzbäder.

Bei hartnäckigeren Fällen sind leichte Schwitzpackungen in Gebrauch zu ziehen, und ebenso kühle Vollbäder (womöglich Fluß- oder Seebäder) zur Wiederbelebung des gesamten Körpers und der in solchen Fällen oft sehr darniederliegenden Hautthätigkeit.

Das nächtliche Bettnässen, welches besonders bei Kindern bis zum 14. Jahre beobachtet wird, hat hauptsächlich seinen Grund in einer geringen Empfindlichkeit der Blasenschleimhaut, sodaß der angesammelte Harn auf letztere keinen Reiz ausübt. Deshalb werden von Bettnässern gewöhnlich größere Mengen Harn auf einmal entleert, bisweilen ist auch eine gesteigerte Reizbarkeit der Blasenschleimhaut vorhanden, sodaß schon bei einer geringen Ansammlung von Harn die Entleerung erfolgt, in beiden Fällen unter der Traumvorstellung, als ob die Entleerung am rechten Orte erfolgt. Dagegen können die Patienten den Harn am Tage ganz gut halten. Das Bettnässen soll besonders bei an rachitischer und englischer Krankheit leidenden Kindern vorkommen. Aber auch Harnschärfe, Würmer u. dgl. m. bilden die Ursache.

Bei Kindern ist das unfreiwillige Urinieren während der Nachtruhe oft nur eine Folge schlechter Gewohnheit, Unaufmerksamkeit und unpassende Diät, was durch Vermeidung dieser Ursachen und durch moralische Mittel beseitigt werden muß. Körperliche Strafen sind jedoch streng zu vermeiden, weil sie nur schaden können, dagegen muß der Wille und das Ehrgefühl der Patienten angeregt werden. Am Abend darf keine Nahrung genommen werden, und muß vor dem Zubettgehen noch Harnentleerung stattfinden. Da das Bettnässen gewöhnlich in den ersten Stunden nach dem Einschlafen erfolgt, so ist es gut, den Patienten nach einstündigem Schlafe zu wecken und zum Urinieren aufzufordern. Den nächsten Abend dies etwas später zu thun und so fort, bis das Kind auch in der Nacht den Harn so lange zu halten vermag als am Tage. Letzteres ist ebenfalls genau zu beachten. Wenn Verunreinigungen meist bei Tage aufhören, aber des nachts noch fortbestehen, erklärt sich dies daraus, daß das Kind bei Tage oft lange Zeit in seinen nassen Windeln liegt. Wie soll es da lernen, sein Bedürfnis anzuzeigen? Die Rute gehört in diesem Falle nicht dem „unartigen" Kinde, sondern Anderen. Wird das Kind gewöhnt, statt in kalten und feuchten, in trockenen und warmen Windeln zu liegen, so wird es rasch lernen, sich eine Unbequemlichkeit zu ersparen

und wird sein Bedürfnis anzeigen. Was man aber in den ersten Monaten versäumt hat, kann man oft in Jahren nicht wieder einholen.

Bei älteren Kindern liegt die Ursache des nächtlichen Bettnässens oft in einem (infolge schlechter Lüftung, zu weicher Betten, Nervenschwäche 2c.) zu tiefen Nachtschlafe, und muß hier insofern vorgebeugt werden, daß man den Patienten regelmäßig nach der Mittagsmahlzeit 1—2 Stunden schlafen läßt.

Andernfalls findet die angegebene Behandlung Anwendung, welche jedoch, mit Rücksicht auf das kindliche Alter, in mäßigen Graden anzuwenden ist. Die Hauptsache bleibt es aber in allen derartigen Fällen, die körperliche (physische) Erziehung der Kinder möglichst vernünftig und naturgemäß zu gestalten, also beispielsweise reizende Speisen und Getränke (starke Gewürze, Kaffee und geistige Getränke) von ihnen fern zu halten, sie nicht zu warm und zu weich (z. B. in erhitzenden Federbetten) schlafen zu lassen und überhaupt in beeiferter Weise für eine angemessene Abhärtung des Körpers durch entsprechende Hautpflege (kühle Bäder oder Ganzwaschungen) Sorge zu tragen. Das Essen von Obst, besonders Aepfeln, ist abends zu vermeiden, weil es harntreibend wirkt, dagegen im Laufe des Nachmittags fleißig zu üben, damit die Harnblase bis zum Abend frei wird von jeder Flüssigkeit.

Harnbeschwerden. Im allgemeinen ist hierbei neben einer leichtverdaulichen und reizlosen Diät häufiges Trinken von frischem Wasser unerläßlich notwendig. Im übrigen siehe die vorhergehenden Artikel.

Harnblasenblutungen. Dieselben werden erzeugt durch mechanische Verletzung (z. B. Stoß auf die Blasengegend, scharfkantige Blasensteine), ferner durch die Blasenschleimhaut hochgradig reizende Arzneimittel, z. B. spanische Fliegen; endlich durch Geschwüre auf der Blasenschleimhaut oder durch Blutstauungen, wie sie sich bei unterdrückten Hämorrhoidalblutungen und unterdrücktem Monatsfluß ausbilden; ebenso bei blutzersetzend wirkenden Krankheiten (Skorbut).

Erkennungsmerkmale und Verlauf: Oft vollständig schmerzlos, oder von Blasenkrampf, Harnzwang und Brennen in der Harnröhre begleitet; sie sind beträchtlicher, doch nie so lange anhaltend wie Nierenblutungen, und das entleerte Blut ist nicht so innig mit dem Harn vermischt wie bei jenen.

Behandlung: In erster Linie ruhige Lage des Patienten und Kaltwasserumschläge; ferner kühles Getränk, reizlose Nahrung (Speise und Trank), kühle Klystiere, kühle Sitzbäder, Fußsohlenbäder (s. das Wasser und seine Anwendungsformen) und Fußpackungen (s. das gleiche Kapitel).

Harnblasentzündung. Dieselbe erzeugt einen stechenden, brennenden oder ziehenden Schmerz in der Blasengegend. Ebenso ist das Harnlassen schmerzhaft, erschwert oder aber gänzlich gehemmt und der gelassene Harn hat eine rote, flammende, blutige oder auch ganz blasse Beschaffenheit. Ferner ist Schmerz und Spannung in der Schamgegend vorhanden, die

Hoden ziehen sich oft hinauf, es treten Fieberbewegungen und anderweitige Zufälle auf. Die gewöhnlichen Entstehungsursachen für dieses Leiden bilden Insulte dieser Teile, durch Stoß, Schlag, Fall; ferner heftige Erkältungen, gestörte Blutflüsse, unterdrückte Hautausschläge, Harnverhaltung, Gicht, Mißbrauch harntreibender Mittel, verhaltener Tripper, medicamentöse Einspritzungen gegen denselben, von denen etwas in die Blase gelangte oder den Blasenhals entzündlich reizte, ferner Blasen- oder Nierensteine und Harnröhrenverengerungen (Stricturen), wodurch ein Teil des Harns in der Blase zurückblieb, sich mehr oder weniger zersetzte und eine faulige (ammonikalische) Gährung hervorrief, wodurch die Harnröhrenschleimhaut entzündlich gereizt wurde.

Der Kranke thut gut, bei einem derartigen Leiden mehr auf der Seite, als auf dem Rücken zu liegen; ferner ist ganz knappe und strenge Diät (schleimige Getränke aller Art *ohne* alle Gewürze) und fleißiges Trinken von frischem Wasser, aber nur in kleinen Portionen, erforderlich. Außerdem sind Einhüllungen in feuchte Leintücher, von der Brust bis zu den Knieen, anzuwenden, die öfter (alle 2 Stunden) zu wechseln sind, während der leidende Teil selbst alle 5 Minuten mit frischen, kühlen Umschlägen zu bedecken ist. Ferner sind öfter (auf jeden Fall alle Stunden, und wenn sie dem Kranken wohl thun, noch öfter) kleine, kühle Klystiere anzuwenden. Ist der Patient im stande, Sitzbäder zu nehmen, so sind dieselben nach jedesmaliger Beendigung einer feuchten Einhüllung anzuwenden und zwar mit einer lauwarmen Temperatur (25—27 ° R.).

Harnblasenentzündung, katarrhalische. Dieses durch Blutüberfüllung und mehr oder weniger starke Rötung und Schwellung der Blasenschleimhaut charakterisierte Leiden tritt akut und chronisch auf; bei der chronischen Form wird eine Menge gallertartigen Schleimes, welcher in großen Massen mit dem Harn abgeht, auch Eiter abgesondert. Heftige Erkältungen, namentlich Durchnässungen der Füße, ferner die von benachbarten Organen (z. B. von der Harnröhrenschleimhaut) fortgeleitete Entzündung (Tripper), ebenso mechanische Reize, z. B. infolge von Blasensteinen und häufigen oder rohen Katheterisieren, Harnstauungen bei Blasenlähmungen, ebenso der Genuß von jungen, gährenden Getränken, werden als Ursachen des Blasenkatarrhs betrachtet, der, durch die letzgenannte Ursache herbeigeführt, im Volksmunde den Namen „kalte Pisse“ führt.

Die akute Form ist von geringem oder heftigem Fieber, von Uebelkeit oder Verdauungsbeschwerden und von einem drückenden, dumpfen Schmerze in der Blasengegend begleitet, der tief über die untere Bauchgegend und das Mittelfleisch, ebenso wie nach der Harnröhre und den Hoden ausstrahlt. Daneben beständiger Harndrang. Es wird wenig, bisweilen lebhaft roter Harn entleert, welcher einen heftig brennenden Schmerz in der Harnröhre verursacht. Später wird mit dem Harn reichlicher Schleim entleert, der einen schleimigen Bodensatz zeigt, die chronische Form zeigt weniger Schmerzen; der Harn ist stets trübe und zeigt einen reichlich gallertartigen Bodensatz. In diesem Falle wird der Harn gewöhnlich

nicht vollständig entleert; bisweilen besteht sogar vollständige Harnverhaltung, bei welcher die Harnblase sogar bis zum Nabel heraufsteigt. Wenn warme Ueberschläge die Entleerung derselben nicht zu bewirken im stande sind, tritt die mechanische Behandlung, die Einführung des Katheters, in ihre Rechte.

Behandlung siehe unter Harnblasentzündung.

Harnblasengicht, s. Nierengicht.

Harnblasenkrampf. Dieser Krampfzustand der Blase tritt ohne irgend welche nachweisbare organische Entstehung auf, also weder infolge einer Blasenentzündung, noch irgend eines anderen Leidens; sie kommt in jedem Lebensalter vor, jedoch vorwiegend beim weiblichen Geschlechte, z. B. bei Reflexkrampf, bei gewissen Reizungszuständen der Gebärmutter, aber auch bei allgemeiner nervöser Erregtheit infolge von Würmern im Darmkanal, sowie nach heftigem Schreck und nach Erkältungen. Dieselben treten gewöhnlich ganz plötzlich infolge von äußerst heftigen, zusammenschnürenden Schmerzen auf, und zwar gegen Ende des Harnlassens. Die Schmerzen strahlen in das Mittelfleisch, in die Hoden und Schenkel aus; bei empfindlichen Personen ist das Leiden von Zittern oder auch von Erbrechen, Ohnmachten oder selbst allgemeinen Krämpfen begleitet. Ist der austreibende Blasenmuskel vom Krampfe befallen, so besteht neben Harndrang fortwährendes Harnträufeln, bei Krampfanfällen des Schließmuskels krampfhafter Verschluß der Blase, sodaß gar kein Harn oder mit Mühe nur ganz wenig entleert wird. Die Krampfzufälle wiederholen sich in einzelnen Anfällen.

Behandlung: Warme Sitzbäder von circa 15 Minuten Dauer, kalte oder warme Ueberschläge auf die Blasengegend; jenachdem das Eine oder das Andere besser vertragen wird. Während des Sitzbades milde Massage des Unterleibes und darnach Frottieren mit wollenen Tüchern. Darauffolgend eine erregende Ganzpackung, bei welcher der kräftige Schweißausbruch durch künstliche Beihilfe (Wärmflaschen 2c.) unterstützt werden muß. Das ganze Verhalten muß ein durchaus warmes sein, die Kost reizlos. Ist der Blasenkrampf eine Folgeerscheinung einer anderen Krankheit, so ist die Behandlung selbstredend eine gegen das Grundleiden gerichtete und gegen den Anfall wie oben zu verfahren. Weiteres siehe noch unter Harnverhaltung.

Harnblasenlähmung. Dieselbe kann ihren Grund haben in der Lähmung des den Harn austreibenden Muskels oder des Blasenschließmuskels. Im ersteren Falle mangelt dem Patienten das Gefühl der Harnansammlung in der Blase, ebenso der Drang zum Urinieren, und deshalb sammelt sich nicht selten so viel Harn in der Blase an, daß dieselbe als eine runde Kugel fühlbar ist und öfter bis zur Nabelgegend hinaufragt. Das Harnen erfolgt mühsam und der Harn fließt nicht in kräftigem Strahle, sondern fällt senkrecht aus der Harnröhrenmündung herab. Die Lähmung des Blasenschließmuskels ist durch fortwährendes Harnträufeln charakterisiert. In manchen Fällen kann der Kranke noch eine ganze

Menge Harn halten, sodaß erst, wenn diese überschritten ist, sich Harntröpfeln einstellt. Bei diesem Leiden wird der Harn in einem Strahle entleert. In den meisten Fällen sind jedoch beide Blasenmuskeln mehr oder weniger gelähmt und kann alsdann nie vollständige Harnentleerung stattfinden.

Entstehungsursachen: hochgradige Altersschwäche, wiederholte Schlaganfälle, Rückenmarksleiden, Geschlechtskrankheiten.

Die Einführung von Kathetern und anderweitigen Behelfen, z. B. der Wachsbouchies, um die Thätigkeit der Blase anzuregen, sind durchaus verwerflich. Bei fortwährendem Urinieren ist das Tragen eines sogen. Urineau am Platze.

Harnblasensteinkrankheit. Die in der Blase sich vorfindenden steinartigen Niederschläge aus dem Harn haben sich in den meisten Fällen schon in der Niere gebildet und sind durch die Harnleiter herunter in die Blase gelangt. Ihre Form, ihre Größe und die sie zusammensetzenden Bestandteile sind sehr verschieden. Sandkorn- bis faustgroß; oft in größerer Anzahl vorhanden. Manchmal weich, mit dem Messer zerschneidbar, manchmal hart wie Marmor.

Meist fühlt der Patient das Vorhandensein eines Körpers in der Harnblase, der mit der Körperlage seinen Ort verändert und oft die Ausleerung des Harns plötzlich unterbricht; ferner tritt zeitweise Bluthamen ein, besonders nach heftigen Körpererschütterungen, nebst Schmerzen in der Blase, den Hoden und Schenkeln, verbunden mit Harndrang. Rauhe, scharfkantige Steine erregen nicht selten Entzündung der Blasenschleimhaut oder sie verstopfen die Harnröhre.

Weiteres s. unter Harnsteine.

Harnbrennen, s. Harnverhaltung.

Harn, dicken Bodensatz absetzender, wird durch fleißiges Wassertrinken in kurzer Zeit verbessert und rein und klar. Ist er das Symptom einer anderweitigen Krankheit, so ist natürlich eine Allgemeinbehandlung erforderlich.

Harnfluß, s. Harnabgang, unwillkürlicher.

Harngries, s. Harnsteine.

Harnruhr, Eiweißharnruhr, Bright'sche Nierenentzündung. Diese nach dem Engländer Bright benannte Nierenerkrankung zeichnet sich durch eine eigentümliche anatomische Veränderung des Nierengewebes aus, welche Eiweißgehalt des Harnes und weiterhin Wassersucht und Einschrumpfungen der Nieren im Gefolge hat. Die Entstehungsursachen sind noch nicht aufgehellt.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Nicht immer sind charakteristische Begleiterscheinungen vorhanden, jedoch ist meist sehr bald eine Veränderung in der Harnabsonderung bald nach Beginn der Krankheit bemerkbar, nämlich ein mehr während der Nacht als bei Tage auftretender Harndrang. Die Menge des entleerten Harns beträgt nicht selten das Doppelte der gewöhnlichen Menge (1000—2000 Cu.-Ctm.), welche

innerhalb 24 Stunden abgesondert wird. Dieses Uebermaß der Harnabsonderung wechselt nicht selten mit einer ansehnlichen Verminderung der normalen Absonderung der Nieren im weiteren Verlauf der Krankheit ab. Der Harn ist fast immer eiweißhaltig, dabei blaß, etwas ins Grünliche schillernd, wenig oder gar nicht sauer und zeigt einen mehlartigen Bodensatz. Als Begleiterscheinungen treten gewöhnlich auf: Herzklopfen, Schwindel, Kopfschmerz und harter Puls; außerdem zeigen sich leichte Anschwellungen am Gesicht und an den Knöcheln, die häufig ihren Ort wechseln; allgemeine Wassersucht pflegt sich erst in den späteren Stadien zu zeigen. Dadurch, daß Harnstoff im Blute zurückgehalten wird, kann es auch zu schweren Störungen im Nervensystem kommen, z. B. zu anhaltendem Erbrechen, verbunden mit Widerwillen zu allen Speisen, ferner zu Sehstörungen, indem die Kranken alles wie im Nebel sehen oder die Gegenstände nur in größter Nähe oder stückweis sehen können. Auch anderweitige nervöse Störungen treten entweder plötzlich auf oder entwickeln sich schleichend. Der Kranke ist schläfrig, klagt über Kopfschmerz und Schwere in den Gliedern, ist gleichgiltig, fühlt sich matt und geistig benommen; nach reichlicher Harnentleerung schwinden diese Erscheinungen auf einige Zeit. Auch Schlummersucht, epileptische Krampfform und Fantasieren können eintreten.

Als Folgekrankheit zeigt sich die sogen. Bright'sche Nierenentzündung beim reichlichen oder übermäßigen Genuß geistiger Getränke, bei hochgradiger Erschöpfung des Körpers, z. B. durch gichtische oder rheumatische Leiden, bei plötzlichen und heftigen Erkältungen oder Durchnässungen des schwitzenden oder ermatteten Körpers. Diese Form hat mehr einen chronischen Charakter.

Die Behandlung hat in erster Linie die Stärkung des Gesamt-Organismus anzustreben und insonderheit die Unterleibsorgane zu kräftigen, um vor allen Dingen eine bessere und regelmäßigere Säftebildung zu erzielen. Die Diät muß kräftigend aber kühl sein, die ausschließliche Pflanzenkost ist hier das allein Richtige. Erhitzende, scharfe und saure Getränke sind vollständig zu vermeiden. Mäßige Dunstpackungen, in denen der Kranke anfänglich nur zum Dunsten, später (vielleicht erst nach Monaten) auch zum Schwitzen kommen soll, mit nachfolgenden kühlen Ganzwaschungen oder feuchten Abreibungen, besonders des Rückens und des Unterleibes, sind, neben fleißigen Sitzbädern, zur Stärkung der Haut, der vom Rückenmark ausgehenden Nerven und der Unterleibsorgane von höchster Bedeutung. Ebenso vorzüglich sind feuchte Leibumschläge mit besonderen 4—6fach zusammengelegten, feuchtkühlen, unter den Leibumschlag auf die bloße Haut (Nierengegend) anzuwendenden Leinwandbäusche (Compressen) erfolgversprechend in Gebrauch zu ziehen; endlich auch feuchte Einhüllungen der Geschlechtsorgane und kühle Klystiere. Bei fortschreitender Kur kann auch, jedoch mit Vorsicht, das Regenbad (feine Douche) versuchsweise angewendet werden.

Harnsteine (Steinkrankheit). In den Harnwerkzeugen kommt die

Bildung von steinartigen Concrementen (Zusammenballungen) infolge einer naturwidrigen Lebensweise (s. d. Art.: Gicht) häufig vor. Man nennt dieses Leiden Steinkrankheit und jene Zusammenballungen Harngries und Harnsteine, je nach der Größe. Man trifft dieselben entweder an in den Nieren oder in den Harnleitern (Harnsträngen), also in jenen Gänsekieldicken Kanälen, welche den Harn von den Nieren zur Harnblase herableiten; am häufigsten trifft man sie jedoch in der Blase, wo sie heftigen Schmerz und Entzündung verursachen, manchmal sogar zur Zerstörung dieses Organes führen. Ihre Bildung beruht zunächst auf der Uebersättigung des Harnes mit erdigen Bestandteilen (harnsaure Salze, ähnlich wie jene Stoffe, die wir auf der Oberfläche der Limburger Käse beobachten). Jene erdigen Bestandteile schlagen sich nieder und werden durch irgend welche organische Bindemitel zu größeren oder kleineren Massen vereinigt. Es sind also in der Hauptsache dieselben Ablagerungen, wie sie bei der Gicht in den Gelenken stattfinden, deshalb treffen auch Gicht und Steinleiden häufig zusammen. Auch bei der Steinkrankheit spielt deshalb der Genuß üppiger, sehr nahrhafter, reizender und gewürzreicher Speisen und Getränke als Entstehungsursache eine Rolle, aber auch der andauernde Genuß kalkhaltigen Wassers und erdiger (hauptsächlich auf Kalkboden wachsender) Weine.

In ihren ersten Anfängen kann die Steinkrankheit durch eine entsprechende Wasserkur zweifellos mit Erfolg behandelt werden, wie die diesbezüglichen Erfahrungen in Gräfenberg beweisen; ist doch das reichliche Trinken von Wasser an sich schon ein vortreffliches Mittel, um die Bildung von Steinen der in Rede stehenden Art zu verhüten, ganz abgesehen davan, daß kleinere Zusammenballungen und insonderheit der Harngries schon allein auf mechanischem Wege (durch Fortschwemmen), bei reichlichem Wassertrinken aus dem Körper hinaus befördert werden. Sucht man alsdann durch Fortsetzung der Kur bei Vermeidung der veranlassenden Ursachen den Organismus zu kräftigen und die krankhafte Entartung oder Entmischung seiner Säfte zu bessern, so wird der Weiterentwickelung der Krankheit bald Einhalt gethan und die Bedingungen zur Erzeugung neuer derartiger Massen (Steine und Gries) beseitigt.

Das mächtigste Heilmittel diesem Leiden gegenüber ist jedoch die **Diät**; eine ganz ausschließlich pflanzliche Diät ist das allererste Grunderfordernis, um das in Rede stehende schwere Uebel von Grund aus zu heilen.

Als Nichtvegetarier spreche ich es als meine vollste Ueberzeugung aus, daß ein Mensch, der vegetarisch lebt, niemals weder Nieren- noch Blasensteine bekommen wird. Es geht bei der vegetarischer Lebensweise die endgiltige Umwandlung von Speise und Trank, d. h. die chemische Umwandlung (Oxydation) in die endgiltigen, in Wasser löslichen Aschenbestandteile (Harnstoff) viel leichter und vollständiger von statten, wie bereits in dem Abschnitt über „Gicht" auseinander gesetzt worden ist. Es finden sich also bei vegetarischer Lebensweise gar nicht jene ungenügend verbrannten

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

(oxydierten) Stoffe oder Schlacken (harnsaure Salze), welche die Materialien zu gichtischen Ablagerungen, zu Nieren und Blasensteinen abgeben und dem Harn einen scharf-sauren Charakter verleihen (harnsaure Diathese), welche die Bildung derartiger Concremente ungemein begünstigt, oder vielleicht überhaupt ermöglicht. Genug, wir sehen, daß, wenn der Harn seine krankhaft sauere Beschaffenheit verliert, z. B. unter dem reichlichen Genusse alkalinischer, also die Säure abstumpfender oder neutralisierender Mineralwässer, die steinigen Concremente morsch werden und mehr oder weniger in die einfachen Schichten und Teile kalkiger Ablagerungen zerfallen, aus denen sie zusammengesetzt, oder vielmehr unter Beihilfe eines organischen Bindemittels zusammengebacken und zusammengeballt sind. Es lösen sich also unter der Einwirkung von alkalischen Stoffen und der reichlichen Zufuhr von Wasser jene zwischen gelagerten organischen Bindemittel auf, wodurch die Zusammenballung (Stein genannt) morsch und brüchig wird und auf diese Weise mehr oder weniger in einzelne Stücke und Stückchen oder ganz kleine Stückchen (Harngries) zerfällt. Die Thatsache, daß bei fleischfressenden, zumal bei ausschließlich fleischfressenden Lebewesen, der Harn eine sehr sauere Beschaffenheit zeigt, während er bei Lebewesen, die ausschließlich von pflanzlicher Nahrung leben, die entgegengesetzten Eigenschaften zeigt, ist in dieser Beziehung noch keineswegs gewürdigt worden, obschon sie gerade bei dem in Rede stehenden Leiden von eminenter Bedeutung ist.

Denn wenn der Harn Eigenschaften hat, die eine Steinbildung unmöglich machen, sei es, daß er überhaupt die Bildung der krankhaften Stoffe aus denen jene Steine bestehen, unmöglich macht, oder doch das Zusammenkleben und Zusammenbacken dieser Materialien verhindert, so ist dies von erneuter, ausschlaggebender Bedeutung hinsichtlich der Bildung von Harn- und Nierensteinen. Andererseits ist es von höchster therapeutischer Bedeutung, wenn es durch entsprechende Heilmaßnahmen in unsere Hände gelegt ist, die chemische Natur des Harns in der Weise zu ändern, daß derselbe heilkräftige, erfolgsichere Wirkungen auf bereits vorhandene Blasen- oder Nierensteine auszuüben, d. h. sie aufzulösen oder doch deren Zerbröckelung herbeizuführen im stande ist.

Die eigentliche, erfolgversprechende Kur ist also dem vorliegenden Leiden gegenüber eine durchgreifende Diätkur, und ist es unerläßlich notwendig, voll und ganz eine rein vegetarische Lebensweise einzuhalten (s. Naturheilkunde und ihre Anwendungsformen, Vegetabildiät) und am besten eine derartige Kur in Verbindung mit einer milden Wasserkur, wenigstens in der ersten Zeit in einer Naturheilanstalt zu beginnen, eine Zeit lang durchzuführen und weiterhin, wenn es die Verhältnisse nicht anders gestatten, zu Hause weiter zu führen.

In Fällen — aber diese Fälle werden um so seltener werden, je mehr das Publikum anfängt, sich selbst ärztlich zu beraten und sich mit den Lehren der naturgemäßen Lebensweise, die die schöne und dankbare Kunst lehren, Krankheiten verhüten zu lernen, befreunden — wo

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

jene Concremente oder Steinbildungen bereits eine beträchtliche Größe erreicht haben und ein chirurgischer Eingriff notwendig geworden ist, macht eine vorbereitende, milde Wasserkur die Operation nicht nur gefahrloser und schließt dadurch die anderweitigen langen Vorbereitungskuren aus, sondern fördert auch die Heilung wesentlich.

Nach einer derartigen Operation, die also von Jedem, der sich mit den Lehren der naturgemäßen Lebensweise bekannt macht, verhütet werden kann, sind öftere Sitzbäder, Leibumschläge und reichliches Wassertrinken, neben der Beobachtung einer nahrhaften, einfachen Diät, deren Wesen weiter oben bereits angedeutet worden ist, die besten Mittel, um die Wiederbildung und Wiedererzeugung von Steinen zu verhüten.

Harnstrenge, s. Harnverhaltung.

Harnverhaltung. Man versteht unter Harnverhaltung sowohl die Harnstrenge oder das Schwerharnen (Dysurie), wie auch den Harnzwang (Strangurie) und die eigentliche Harnverhaltung (Ischurie). die man wieder in die echte und falsche einteilen kann. Das Schwerharnen besteht in einem erschwerten oder schmerzhaften Harnabgange, beim Harnzwang ist ein immerwährender Drang zum Harnlassen vorhanden, welcher jedoch nur spärlich und unter Schmerzen von statten geht. Bei der eigentlichen Harnverhaltung geht der Harn gar nicht ab und zwar wird derselbe beim falschen Harnzwang von den Nieren nicht abgesondert, oder beim echten, wo dies zwar geschieht und der Harn auch in die Blase gelangt, ist sein Abfluß aus dieser verhindert.

Die Ursachen können verschieden sein und können entweder in einem lähmungsartigen Zustande oder in einer Entzündung der Harnorgane, oder in Krämpfen, Blasensteinen, verhaltenem Harngries oder dem innerlichen Gebrauche scharfer Medicamente, auch reizender, anderweitiger Mittel, z. B. im übermäßigen Genusse geistiger Getränke und erhitzender, sehr scharf gewürzter Speisen, gegeben sein 2c.

Die Behandlung hat sich nach den Ursachen zu richten. Beruhigende, krampfstillende Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens (s. d. Art.: Das „Naturheilverfahren" und seine Anwendungsformen) und andererseits entzündungswidrige Maßnahmen sind gewöhnlich am erfolgreichsten, bei deren Anwendung man, wie immer und überall, die Natur, also das Gefühl der Kranken, entscheiden läßt. So lange eine Heilmaßnahme dem Kranken wohlthut, ist es wohlgethan, dieselbe auch fernerweit anzuwenden, wenn nicht, nicht.

Kühle Waschungen mit nachträglichem kräftigen Frottieren, oder überhaupt feuchte Abreibungen besonders des Unterleibes und Rückens sind von höchster Bedeutung. Bei langwierigen, bereits eingewurzelten Fällen sind Dampfbäder oder Schwitzpackungen mit nachträglichen, kräftigen, kühlen Abreibungen in Gebrauch zu ziehen, ebenso Sitzbäder in abgeschrecktem Wasser von halbstündiger Dauer, während deren Gebrauch kräftige Frottierungen des Rückens, besonders des Rückgrats, vorzunehmen sind.

Anfänglich sind nur erwärmende, später erregende Umschläge

(s. d. Art.: „Naturheilverfahren" 2c.) um den Unterleib, die Blasengegend, die Geschlechtsteile und den Rücken anzuwenden. Dabei ist der reichliche Genuß frischen Wassers unerläßlich notwendig und daneben eine kühle, mäßige Diät, fleißiger Verkehr an der frischen Luft, aber Vermeidung aller heftigen Körperbewegungen, wie Springen, Reiten 2c. Der Genuß gewürzter, oder sonstwie erhitzender Speisen ist streng zu untersagen.

Harnwerkzeuge. Die Harnwerkzeuge bilden einen Apparat zur Absonderung und Fortleitung des Harnes. Sie haben ihre Lage teils in der Bauchhöhle, teils in der Beckenhöhle. Ihre Endigung nach außen ist mit den Geschlechtsteilen verbunden. Die Harnwerkzeuge bestehen aus zwei drüsigen, paarigen Organen, den Nieren, deren Ausführungsgänge, die Harnleiter, den Harn nach einem Behälter, der Harnblase, hinleiten; aus dieser schafft ihn die Harnröhre nach außen. Ein anderweitiges, ebenfalls paariges Organ, die Nebennieren, sind innig mit dem oberen Teil der Nieren verbunden. Die Nieren sind von braunroter Farbe, bohnenfarbiger Gestalt und derbem Gefüge. Das Absonderungsproduct ist der Harn oder Urin, welcher eine große Menge derjenigen unbrauchbaren Stoffe enthält, deren sich das Blut entledigt. Die Harnblase ist ein ziemlich umfänglicher, häutiger Behälter, welcher den durch die Harnleiter aus den Nieren herabrinnenden Harn aufnimmt, um ihn von Zeit zu Zeit durch die Harnröhre auszutreiben, und welcher seine Lage in der Beckenhöhle hat. Die Harnblase grenzt nach vorn an die hintere Fläche des hinter dem behaarten Teile der Scham liegenden Schamknochens, und ragt nur im angefüllten Zustande in der Richtung nach dem Nabel hin über diesen Teil (Schamfuge) hinaus. Nach hinten grenzt die Harnblase beim Manne an den Mastdarm, bei der Frau an die Gebärmutter. Die Menge des Harns, den die Harnblase aufzunehmen vermag, beträgt 200—300 Gramm. Die Wände der Harnblase bestehen aus zwei Schichten, einer inneren, der Schleimhaut, und einer äußeren, der Muskelhaut. Ein Teil der letzteren verläuft an der vorderen und hinteren Fläche und treibt den Harn aus, indem diese Schicht die Harnblase in ihrer Längsrichtung zusammenpreßt. Die quer und schräg verlaufenden Fasern bilden in der Nähe des Blasenausgangs den kreisförmigen Schließmuskel der Blase. Die Harnröhre ist ein enger, sehr dehnbarer, häutiger Kanal, welcher zur Fortleitung von Ausleerung des Harnes, beim Manne auch zugleich des Samens, dient. Selbe hat beim Manne eine Länge von 20 Ctm.; die weibliche ist nur 4 Ctm. lang, fast gerade verlaufend und viel weiter als die männliche. Da, wo die männliche Harnröhre an der Harnblase beginnt, ist sie von einer aus derber Substanz bestehenden Drüse, der Vorsteherdrüse, umgeben, und an dieser Stelle münden sowohl die Ausgänge der Vorsteherdrüsen als auch diejenigen der Samenbläschen.

Harnwinde, s. unter Harnverhaltung.

Harnzwang, s. unter Harnverhaltung.

Hartleibigkeit, s. unter Verstopfung.

Haut, s. Hautpflege.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Hautausdünstung. s. unter Hautkrankheiten und Hautpflege.

Hautausschläge. Mit diesem allgemeinen Namen bezeichnet man jede Veränderung in der Farbe oder in der sonstigen Beschaffenheit der Haut, die sich von dem gesunden und natürlichen Aussehen der Haut unterscheidet. Wer die eminente Bedeutung des Hautorgans für gesunde wie für kranke Tage erkannt hat, der hat die Schlüssel zur Gesundheit und zur Wiedererlangung der verlorengegangenen Gesundheit in seinen Händen.

Die Haut ist die Hauptpforte, durch welche die im Haushalte des Körpers nicht mehr notwendigen oder direct schädlichen Stoffe den Körper verlassen.

Außer den allgemeinen, krankhaften Zuständen der Haut (s. Hautkrankheiten) sind es besonders die Hautausschläge, die entweder die Folgen äußerer Einflüsse und unter Umständen auch ansteckend sind, oder es sind diese Hautausschläge nichts anderes als Ablagerungen der aus dem Körperinnern oder überhaupt aus der Säftemasse ausgeworfenen Krankheitsstoffe oder „Unreinigkeiten" des Blutes, wie sie beispielsweise hauptsächlich durch eine fehlerhafte Verdauung erzeugt werden (Flechten 2c. 2c.) oder es wirken die beiden erwähnten Ursachen zusammen.

Jenachdem Hautausschläge von Fieber begleitet sind oder nicht, unterscheidet man hitzige (akute) Hautausschläge (wie Pocken, Scharlach, Masern 2c.) oder chronische Hautausschläge 2c. Diese Unterscheidung ist für die Behandlung von Hautausschlägen nach den Grundsätzen des Wasser- und Diätheilverfahrens vollständig hinreichend. Die Hauptsache bleibt es, zu unterscheiden, ob man es — was die Ausnahme ist — mit einem rein örtlichen Leiden zu thun hat oder mit Hautausschlägen, welche aus einer krankhaften Beschaffenheit der Säftemasse hervorwuchern.

Es genügt, hier folgende zu nennen:

1. Bläschenausschläge der Haut mit wässrigem Inhalt.

Die Bläschenflechte tritt in Gruppen von kleinen wasserhellen Bläschen auf entzündlich gerötetem Untergrunde auf, und ist von brennenden Schmerzen begleitet. Weiterhin bersten die Bläschen, die betreffende Hautstelle näßt etwas, und es bildet sich durch Trocknen der Bläschen ein leichter Schorf; am häufigsten tritt die Bläschenflechte an den Lippen (sogen. „Hitzblatter"), bei gestörter Magenverdauung u. dergl. auf. Auch an der Vorhaut und den großen Schamlippen tritt dieselbe ziemlich häufig auf. Eine sehr schmerzhafte, mit Fieberbewegungen verbundene und längere Zeit andauernde Art der Bläschenflechte ist die sogen. Gürtelflechte oder Gürtelrose, welche am Rumpfe, in der Richtung wie die Rippen verlaufen, auftritt.

Behandlung siehe unter Gürtelrose.

Eine anderweitige, stark nässende Bläschenflechte (Exzem) besteht ebenfalls aus kleinen, auf gerötetem Untergrunde sich entwickelnden Bläschen, die von heftigem Jucken begleitet sind, bei ihrem Zerplatzen ziemlich stark nässen und alsdann eine mehr oder weniger starke Borke zurücklassen. Das Leiden hat entweder auf der behaarten Kopfhaut seinen Sitz und

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

führt bei Unreinlichkeit zu starker Verfilzung der Haare, oder im Gesicht, besonders bei Kindern (als sogen. Milchschorf), auch am äußeren Ohr oder an den Gliedmaßen, und zwar an den Beugeseiten der Gelenke, wo es bei längerem Bestande Hautverdickungen zum Gefolge hat (sogen. Salzfluß). Mangelhafte Hautpflege, örtliche Einwirkung von starken Hitze- oder Kältegraden oder von Einreibungen, welche die Haut heftig reizen, ebenso wie starkes Kratzen der Haut, ganz besonders aber auch eine naturwidrige Nahrung (stark gewürzte und gesalzene, sehr fette Kost 2c.), ferner Allgemeinleiden, wie Skrofulose, endlich Magenleiden, Störungen der Menstruation und des Blutes in der Pfortader, sind als Entstehungsursachen zu nennen.

2. Blasenausschläge der Haut mit wässrigem Inhalt.

Der unter den verschiedensten Formen auftretende Blasenausschlag tritt nicht selten bei Neugeborenen und Säuglingen auf und ist bald gutartiger, bald bösartiger Natur. Er findet sich hauptsächlich an den Unterschenkeln oder auch über den ganzen Körper verbreitet und besteht aus linsen- bis wallnußgroßen, durch eine Abhebung der Oberhaut gebildeten Blasen, welche mit einer klaren, fleischwasserähnlichen Flüssigkeit gefüllt sind, die weiterhin platzen und feuchte Stellen zurücklassen. Dem Ausbruch derselben geht gewöhnlich mehr oder weniger heftiges Fieber voraus. Immer ist der Ernährungszustand der davon Befallenen ein sehr heruntergekommener. Bei der bösartigen Form fließen gewöhnlich eine größere Anzahl von Blasen zusammen und heben eine größere Partie der Oberhaut ab, sodaß die Körperoberfläche wie geschunden erscheint.

Die andere Form des Blasenausschlags bildet die sogen. Schmutzflechte. In diesem Falle platzen die Blasen nicht, sondern trocknen ein und bilden eine feste, dicke, rotbraune Kruste oder Borke, nach derem Abfallen tiefe Geschwüre zurückbleiben, die mit Substanzverlust heilen. Am häufigsten findet sich die Schmutzflechte an den Unterschenkeln und bildet die Entstehungsursache gewöhnlich allgemeine Syphilis.

3. Blasenausschläge der Haut mit eitrigem Inhalt.

Auf skrofulösem Boden zeigen sich nicht selten linsen- bis erbsengroße Pusteln (Pustel = Blase mit eitrigem Inhalt), welche weiterhin eintrocknen und einen gelblichgrünen Schorf hinterlassen. In der Umgebung bilden sich neue Nachschübe und dementsprechend weitere Auflagerungen von Borken (Nässender Grind). — Pusteln von größerem Umfang (von der Größe eines Pfennigs) treten vereinzelt bei allgemeinen Ernährungsstörungen und heruntergekommenem Ernährungszustande auf. Dieselben sind von halbkugeliger Form und von einem roten Hofe umgeben. Weiterhin trocknen sie zu dicken braunen Krusten ein, nach deren Abfallen eine bläulichrote Hautnarbe zurückbleibt.

Mögen nun jene Hautausschläge einen Namen haben, welchen sie wollen, darauf kommt es bei einer Behandlung nach den Grundsätzen der Naturheilkunde gar nicht an; denn die Vielgestaltigkeit (Polymorphismus), in welchem die Hautausschläge und überhaupt die Hautkrankheiten auf-

treten, hat mit dem Wesen, dem Herde ihrer Entstehung, nichts zu thun, und noch weit weniger werden dadurch die Maßnahmen des Naturheilverfahrens beeinflußt. Unter allen Umständen ist erwiesen, daß keine Heilmethode die Hautkrankheiten und Hautausschläge sicherer und gefahrloser zu heilen im stande ist, als das Naturheilverfahren, also eine Wasserkur in Verbindung mit einer Diätkur.

Ganz anders die Allopathie, welche die mehr als hundert Formen und dementsprechende Namen zählenden Hautausschläge und Hautkrankheiten aller Art als rein örtliche Uebel auffaßt und gegen dieselben mit zahllosen Salben, Schmieren und Einreibungen aller Art zu Felde zieht oder aber innerlich selbst die stärksten Mineralgifte (z. B. Arsenik) anwendet. Mit wahrem Entsetzen wird man erfüllt, wenn man alle erdenklichen Mineralgifte u. s. w. gegen die Hautkrankheiten empfehlen und anwenden sieht, die unter Umständen jene Hautausschläge, die ja nur Symptome, also bloße Merkmale einer anderweitigen Erkrankung sind, wohl zu unterdrücken im stande sind, dafür aber dem Körper ein langwieriges Siechtum einimpfen und nicht selten die auf der Haut zur Ausscheidung gelangen sollenden Krankheitsstoffe auf innere, edle Organe zurückdrängen.

Die Hauptsache bleibt es unter allen Umständen, dafür Sorge zu tragen, die den chronischen Hautausschlägen zu Grunde liegenden „Schärfen" und „unreinen Säfte" in erster Linie durch den reichlichen Genuß von Wasser gehörig zu verdünnen und aufzulösen, hierdurch aber weit leichter transportabel und ausscheidbar zu machen, damit sie durch längere Zeit hindurch fortgesetzte gelindere oder stärkere Schwitzkuren aus dem Körper geschafft werden können. Alsdann ist die Hauptaufgabe zu lösen, nämlich durch entsprechende Diätverordnungen (milde, reizlose Diät, z. B. Milch in jeder Form, Hafergrütze, überhaupt trockene und frische Gemüse aller Art 2c., s. d. Art. „Naturheilverfahren") und überhaupt durch eine Kräftigung der Verdauungswerkzeuge der Wiedererzeugung von „Schärfen" und „schlechten Säften" entgegenzuarbeiten. Wer in dieser Weise zu Werke geht, der wird wahre Wunder erleben.

Ueber die Behandlung der verschiedenen Hautausschläge siehe die einzelnen Artikel, wie: Pocken (echte und unechte), Scharlach, Masern, Nesselsucht, Blasenausschlag, Rose, Gürtelrose, Friesel, Schwinden, Krätze, Hautjucken, Juckbläschen, Flechten, Ansprung, Grind, nässender Grind, Kopfgrind, Flechtengrind, Schuppengrind, Milchborke, Finnen, Kupferrose, Feigenmal, Weichselzopf, Kleienkrankheit, Fischhaut 2c. 2c.

Hautentzündung, s. Rose.

Häutige Bräune, s. Bräune.

Hautjucken oder Hautgries. Dasselbe besteht gewöhnlich in einem chronischen, aus einzelnen Knötchen bestehenden Hautausschlag, bei welchem der Rand mehr oder weniger entzündet ist. Mangelhafte Hautpflege, ungesunde Luft, der Genuß gewisser, besonders scharf gesalzener oder sonst-

wie scharf gewürzter Speisen und Getränke, Störungen in den Verdauungswerkzeugen und anderweitige tiefere Leiden des Organismus scheinen die hauptsächlichsten Entstehungsursachen zu bilden.

Eine strenge und einfache Diät, tägliche Ganzwaschungen des Körpers, nachdem die Thätigkeit der Hautdrüsen durch einige Schwitzpackungen wieder erhöht worden ist, und fleißiges Wassertrinken reichen in der Regel zur schnellen Beseitigung des Uebels aus. Wo jedoch das Uebel tiefer eingewurzelt ist, wird eine volle Diät- und Wasserkur erforderlich (s. d. Art. „Naturheilverfahren").

Hautkleie, s. Kleienkrankheit und Kleienflechte.

Hautkrankheiten. Wie schon weiter oben (s. Hautausschläge) angedeutet worden ist, bilden diese Krankheiten einen Gegenstand von unberechenbarer Wichtigkeit und von geradezu unermeßlichem Umfange und gerade deshalb kann die sorgfältigste Hautpflege von frühester Jugend auf nicht genug empfohlen werden. Der Vernachlässigung, Verweichlichung und Verzärtelung der Haut verdanken zahllose Krankheiten ihren Ursprung, und insonderheit die so allgemein verbreitete Schwäche des Hautorgans und seiner Functionen, wodurch der Grund zu überaus zahlreichen, verschiedenartigen und langwierigen Krankheiten gelegt wird. Denn, wenn das Hautorgan ungenügend functioniert, so ist das leistungsfähigste, ausscheidende Organ des Körpers mehr oder weniger lahm gelegt und es bleiben dadurch zahlreiche Stoffe im Körper, die ununterbrochen sich neu erzeugen (durch die im Getriebe des Körpers abgängig werdenden Stoffe) und die deshalb auch ohne Unterlaß und möglichst ausgiebig aus dem Organismus ausgeschieden werden müssen, weil sie gesundheitsfeindlich sind.

So wird durch Vernachlässigung und Verzärtelung der Haut schon in der frühesten Jugend der Keim zu Krankheiten gelegt, und da das Hautorgan in diesem Falle aufs äußerste geschwächt und dadurch unthätig ist und die Naturheilkunde immer in erster Linie an die Haut, also an das mächtigste, ausscheidende Organ mit ihren Heilmaßnahmen herantritt, so bleibt in solchen Fällen trotz lange Zeit hindurch beharrlich fortgesetzter Heilversuche der Erfolg aus, oder aber er ist nicht von Bestand, weil das Hautorgan zu schwach (also von Haus aus durch Verweichlichung zu sehr geschwächt ist), um seine großen Aufgaben in dem Haushalte des menschlichen Körpers, nämlich die Ausscheidung von abgenützten oder direct schädlichen Stoffen aller Art, vollbringen zu können.

Es ist eine ganz eitle Hoffnung, wenn man glaubt, man könne ein durch lange Vernachlässigung und Verweichlichung heruntergekommenes Hautorgan durch einige Bäder und Waschungen 2c. 2c. so schnell wieder zu jenem Grade lebendiger Thätigkeit zurückführen, die ihm von Natur aus bestimmt war. Wir können wohl einen Teil dessen nachholen, was die Haut infolge von mangelhafter Pflege und Verweichlichung in ihrem Wachstum und ihrer Ausbildung eingebüßt hat, keineswegs aber alles, ganz abgesehen davon, daß ein solches schwaches Hautorgan von Generation zu Generation weiter erbt.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Um einem schwach entwickelten oder verwahrlosten Hautorgan nur einigermaßen zu Hilfe zu kommen, bedarf es eines durchgreifenden Verfahrens, d. h. wenn der Organismus die erforderliche Kraft zur Gegenwirkung (Reactionskraft) besitzt. Wohl reinigt sich die Haut bald und erlangt ein gesünderes, kräftigeres Aussehen, allein der Ungeübte täuscht sich gar leicht.

Wenn ein solches vernachlässigtes Hautorgan in späteren Lebensjahren wirklich erkrankt und seine Thätigkeit nicht mehr in dem Maße ausüben kann, wie es die Erhaltung der Gesundheit erfordert, so zeigt sich diese Krankheit entweder in großer Schwäche und Erschlaffung, die bei der geringsten Anstrengung oder auch ohne wahrnehmbare Veranlassung während der Nachtruhe ermattende Schweiße zur Folge hat, oder aber in großer Trockenheit, Spannung, Unthätigkeit und Verschlossenheit, welche die Hautausdünstung wesentlich vermindern.

Im ersteren Falle, bei großer Schwäche und Erschlaffung, werden kalte Waschungen und kühle Bäder, besonders aber auch vorsichtige Regenbäder sehr zur Wiederbelebung und Kräftigung des Hautorganes beitragen. Sehr wirksam zeigen sich auch feuchte Einhüllungen, die man nach Umständen öfter wechselt; doch darf man bei dieser Maßnahme niemals einen wirklichen Schweißausbruch abwarten, vielmehr muß ihrer Anwendung, nachdem der Körper warm geworden, ein Vollbad, ein Regenbad oder eine kräftige Abwaschung mit Wasser von 20—16 ° R. folgen.

Bei Nachtschweißen muß man, ohne Rücksicht auf die Zeit, sogleich beim Erwachen, den ganzen Körper mit kaltem Wasser abwaschen, oder, wo es thunlich, ein Vollbad oder ein Tropfbad (Regenbad) nehmen, sich dabei aber vor Erkältung in Acht nehmen. Wenn Nachtschweiße im Verlaufe einer Wasserkur eintreten, so müssen die Schwitzpackungen in wollenen Decken unterbleiben.

Bei Verschlossensein der Haut, also bei mangelnder Schweißabsonderung der Haut, leisten feuchte Einhüllungen (Ganzpackungen, s. „Naturheilverfahren") vorzügliche Dienste, nur müssen dieselben bis zum Ausbruch des Schweißes öfter gewechselt werden und nach Ausbruch des Schweißes kräftige Abwaschungen des Körpers, oder Bäder in kühlem Wasser angewendet werden, zur Wiederbelebung der Haut. Bei chronischen Krankheiten tritt der eben erwähnte Zustand der Haut nicht selten als kritische (also eine Wendung ankündigende) Erscheinung auf.

Hautpflege. Die Haut bildet den äußeren Ueberzug des Körpers, den angeborenen Leibrock des Menschen; sie besteht aus verschiedenen Geweben und ist an manchen Körperstellen von sehr verschiedener Dicke, je nach den Verrichtungen und dem Zweck der verschiedenen Hautpartieen. Die Haut besteht aus drei übereinander liegenden Schichten, der Oberhaut (Epidermis), die sich fortwährend abschilfert, d. h. also, in kleinsten Teilchen (Schüppchen) abstößt und sich wieder erneuert. Diese oberste Schicht, auch wegen ihrer hornigen Beschaffenheit Hornhaut genannt, ist ohne Nerven und Blutgefäße. Die darunter liegende weiche Schicht wird

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Malpighi'sches Schleimnetz, nach dem Anatom Malpighi, genannt. Dieselbe besteht aus den noch nicht erhärteten Zellen, die nach und nach weiter nach oben rückend, allmählich sich abplatten und zu den die Oberhaut bildenden Hornhautschüppchen oder Hornhautplättchen werden. In dieser weichen Schleimhaut liegt der Farbstoff (wie z. B. in der Negerhaut), welcher der Haut ihre Farbe verleiht. Auch diese Schicht ist ohne Nerven und Blutgefäße. Die dritte oder unterste Schicht ist die sogenannte Lederhaut. Dieselbe ist die dichteste und, was die Verrichtungen der Haut anlangt (Functionen), die wichtigste. Sie ist reich mit Blutgefäßen, Nerven und Drüsen verschiedener Art versehen. Hier ist es, wo sich unzählige haarfeine Verzweigungen der Blutgefäße ausbreiten und verteilen und somit der Blutmasse eine außerordentlich große Abdunstungs- und Ausscheidungsfläche geben. Diese feinsten Verzweigungen der Nerven und Blutgefäße liegen so dicht nebeneinander, daß kein Teil der Haut auch nur mit der feinsten Nadelspitze gestochen werden kann, ohne Empfindung zu verursachen und ohne zu bluten. Die wichtigsten Gefäßnetze sind immerhin jene zahllosen, unendlich feinen (300 neben einander gelegt geben erst die Breite eines Haares), kleinsten Blutgefäße, welche ununterbrochen Blut nach der Haut und von ihr wegführen, wodurch der Ausdünstungsproceß von luftförmigen Stoffen (Hautdunst) und die Absonderung flüssiger Abgangs- und Auswurfsstoffe (Schweiß) ermöglicht wird. Von dem regelmäßigen und ununterbrochenen Vonstattengehen dieser Processe hängt die Gesundheit und das Wohlbefinden unseres Körpers ab. Wie unendlich wichtig diese Processe in der Haut sind, können wir schon allein aus den Thatsachen entnehmen (im vollsten Umfange aber immer nur ahnen, niemals jedoch ermessen), daß etwa $^5/_8$ von dem, was der Körper an Speise und Trank zu sich nimmt, durch die Haut ausgeschieden werden und daß bei diesen Ausdünstungs- und Ausscheidungsprocessen in der Haut mehr als 5 Millionen Drüsenapparate thätig sind.

Der geniale Begründer des Wasserheilverfahrens, Prießnitz, hat die Bedeutsamkeit des Hautorganes, die oft so wenig gewürdigt wird, voll und ganz erkannt und dementsprechend gewürdigt. Prießnitz wußte sehr wohl, daß von der besseren oder schlechteren Beschaffenheit der Haut in der Hauptsache die günstigeren oder weniger günstigen Heilerfolge und die rascheren oder weniger raschen Wendungen zum Bessern bedingt sind. Dieser ausgezeichneten Kenntnis des Hautorganes verdankte er zum großen Teile die glänzenden Erfolge seiner Kuren. Seiner scharfen Beobachtung entging es nicht, daß die Natur bei allen Krankheiten die angesammelten, krankhaften Stoffe immer zuerst durch die Haut, entweder in Form von Schweißen oder von Ausschlägen 2c. zu entfernen sucht, und daß derartige Processe und Entscheidungen (Krisen) immer am sichersten und raschesten zur Heilung führten, und daß endlich die Natur die Entscheidung der Krankheiten nur dann erst auf anderen Wegen zur Entscheidung zu bringen suchte, wenn infolge von Unthätigkeit des Hautorganes die angesammelte Menge der krankhaften Stoffe so groß war,

daß die wiedererregte Thätigkeit des Hautorganes sie nicht mehr allein zu bewältigen und hinauszuschaffen vermochte.

Wie gesagt, die sorgfältigste Pflege der Haut kann nicht eindringlich genug empfohlen werden, da sie die Functionen derselben kräftig und thätig erhält, die Ausscheidung der beständig wachsenden Menge verbrauchter und unbrauchbarer Stoffe begünstigt und dadurch das Sichanhäufen und Anwachsen derselben bis zum Keime von Krankheiten verhindert. Aber auch in denjenigen Fällen, wo eine Krankheit den Körper bereits befallen hat, ist ein gepflegtes, prompt und ausgiebig functionierendes Hautorgan von der größten Wichtigkeit und Bedeutung, weil alsdann, infolge der eminenten Ausscheidungsfähigkeit der Haut, eine weit raschere und mildere Entscheidung und Wendung zur Genesung möglich wird.

Eine der allerwichtigsten Erfahrungsthatsachen ist die, daß die Beschaffenheit des Hautorgans immer im genauen Verhältnis zur Lebenskraft des Organismus steht.

Bei kräftigen, gesunden Menschen, wo die Lebenskraft einen hohen Grad von Energie besitzt, wird das Hautorgan immer gut beschaffen sein und im gegenteiligen Falle wird die Thätigkeit des Hautorgans sehr sinken und in's Stocken geraten, weil die Lebenskraft nicht im stande ist, die gesamten Lebensprocesse in der Haut mit voller Energie im Gange zu erhalten.

Wie bereits erwähnt wurde, war Prießnitz in der Kenntnis des Hautorgans unübertroffener Meister, sowohl in der Erkenntnis (Diagnose) des Vorliegenden, wie auch in der Vorhersage des weiteren Verhaltens der Haut während der Kur; seine diesbezüglichen Aussprüche grenzen oft an das Wunderbare.

Im Allgemeinen zeigt ein vollkommen gesundes Hautorgan eine große Elasticität, Geschmeidigkeit, Glätte und Festigkeit, eine über alle Teile des Körpers gleichmäßig verbreitete, auch im Sommer und Winter nicht wechselnde Temperatur und ein Gefühl von Trockenheit, jedoch nicht ohne Fettigkeit. Auch die Farbe ist von Bedeutung, jedoch nur schwer zu beschreiben, denn die gleichmäßig blaßrote Farbe tritt an den Gelenken weniger stark hervor.

Auf ein gesundes, regelrecht functionierendes Hautorgan bleiben die gewöhnlichen Temperaturwechsel ohne sichtbare Wirkung; dagegen zeigt sich sofort die Wirkung höherer Temperaturgrade und die Nachwirkung der Kälte, indem eine erhöhte, aber dabei immer gleichmäßige Färbung der Haut auftritt, bei welcher die feinen, kleinen, rötlichen Punkte oder Flecken, welche die normale Haut besitzt, noch deutlicher zum Vorschein kommen. Ein kräftiges Hautorgan gerät schon bei stärkeren körperlichen Anstrengungen nicht gleich in Schweiß, dabei stockt aber die vorhandene milde Ausdünstung der Haut in keinem Teile derselben, bis dann auf einmal der Schweiß über den ganzen Körper gleichmäßig ausbricht, der beim Zutritt der Luft rasch trocknet oder, wenn abgewischt, nicht das geringste Gefühl der Ermattung zurückläßt.

Durch eine sorgfältige Pflege der Haut von Jugend auf kann also ein Hautorgan ausgebildet, leistungs- und widerstandsfähig gemacht werden und hierdurch zugleich manche ererbte Krankheitsanlage im Keime erstickt und ein hohes Lebensalter, ohne Belästigung von Schwäche und anderweitigen Leiden des Alters erreicht werden. Deshalb müssen die Kinder von Jugend auf zur Hautpflege, zu fleißigen Ganzwaschungen und Bädern angehalten werden, die mit den zunehmenden Jahren entsprechend abgeändert und, wenn erforderlich, erweitert werden müssen.

Hautwassersucht, s. Wassersuchten.

Heiserkeit, s. Bräune, Katarrh, Kehlkopfgicht, Luftröhrenschwindsucht.

Hektisches Fieber, s. Schwindsucht.

Helminthen, s. Würmer.

Hernie, s. Unterleibsbrüche.

Herpes, s. Flechte.

Herz, sein Bau und seine Verrichtung. Der Fortbestand des menschlichen Körpers ist vom ersten Augenblicke seines Entstehens bis zum letzten seines Daseins auf die fortwährende Veränderung, d. h. auf die Erneuerung und Ergänzung der kleinsten ihn zusammensetzenden Teilchen angewiesen. Hieraus erwächst das Bedürfnis nach Ersatz und Nahrungsstoffen. Das Unbrauchbare wird auf den verschiedensten Wegen aus dem Körper ausgeschieden. Dieser ununterbrochene Proceß der Ausscheidung von verbrauchten Stoffen, der Zufuhr von Ersatzstoffen und der erforderlichen Veränderung der vorhandenen Körperbestandteile bezeichnet man als Stoffwechsel. Das Material zu diesen lebenswichtigen Prozessen liefert das Blut, in welches Alles, was zu einem Bestandteile des Körpers werden oder aus ihm ausgeschieden werden soll, aufgenommen werden muß. Dasselbe kommt mit allen Substanzteilchen des Körpers in stete Berührung, setzt an sie neue Stoffe ab und nimmt veränderte oder verbrauchte auf, um sie anderwärts abzusetzen oder, wenn unbrauchbar, vollständig aus dem Körper auszuscheiden. Das Blut bildet also gleichsam den Tauschmarkt des Lebens. Um alle diese Aufgaben zu erfüllen, kreist das Blut ohne Stillstand durch den Körper, und vollendet innerhalb ganz geringer Zeit diesen seinen Kreislauf, um ihn immer und immer wieder von neuem zu beginnen.

Diese Bewegung des Blutes innerhalb jener elastischen Röhren, die wir als Blutgefäße oder Adern bezeichnen, wird durch einen nach Art einer Druck- und Saugpumpe construierten, muskulösen Apparat, nämlich durch das Herz, ermöglicht. Durch die von dem Verdauungskanale herkommenden Chylus- oder Milchsaftgefäße und durch die in die Lungen aufgenommene neue Atmungsluft wird dem Blute neuer Nahrungsstoff zugeführt. Die im Blutstrome selbst vor sich gehenden chemischen Processe und Umwandlungen werden durch den in der Atmungsluft in das Blut übergehenden Sauerstoff bewirkt, dessen Einwirkung auch für das Auge dadurch sichtbar wird, daß sich unter seinem Einflusse das dunkle Blut hellrot färbt.

Ohne über die chemische Zusammensetzung des Blutes und über die Formbestandteile desselben genauer unterrichtet zu sein, läßt sich von vornherein erkennen, daß von der richtigen und gesunden Beschaffenheit des Blutes der gesunde Fortbestand der regelrechten Lebensverrichtungen (Functionen) des Körpers abhängt und daß, wenn sich krankhafte Veränderungen in den Ernährungsverhältnissen und in den Functionen der einzelnen Organe ausgebildet haben, von keinem Punkte des Körpers aus so sicher und erfolgversprechend auf alle Regionen und Organe des Körpers eingewirkt werden kann, als vom Blute aus. Aus diesem Grunde legt auch die Naturheilkunde das größte Gewicht auf die Art der Nahrung, welche sie zu Heilzwecken verordnet. Wie die Wasserheilkunde vermittelst der äußeren Behandlung die großartigsten Heilerfolge aufzuweisen hat, so auch die Diätheilkunde infolge ihrer innerlich angewendeten Maßnahmen bei Krankheiten der verschiedensten Art.

Den Mittelpunkt des Gefäßsystems bildet das Herz, das Triebwerk für die Blutbewegung, dessen anatomische Verhältnisse für die naturgemäße Behandlung seiner Krankheiten keine Bedeutung haben.

Herzbeutelentzündung. Dieses Leiden wird in den meisten Fällen durch entzündliche Processe in den benachbarten Organen hervorgerufen, z. B. bei Rippenfellentzündungen, bei entzündlichen Processen des Herzens und bei Lungentuberkulose. Sehr oft kommt dieselbe beim hitzigen Gelenkrheumatismus vor.

Bisweilen sind drückende und stechende Schmerzen in der Herzgegend, Herzklopfen, Kurzatmigkeit und Atemnot die einleitenden Erscheinungen. Nicht immer ist Fieber vorhanden. Beim Auflegen des Ohres auf die Herzgegend werden schabende oder kratzende Reibungsgeräusche hörbar. Der Herzstoß wird anfänglich nur dumpf, in hochgradigen Fällen gar nicht mehr gefühlt. Häufig zeigt sich die Herzgrube vorgewölbt.

Die Behandlung ist dieselbe wie bei der Brustentzündung, nur daß die Umschläge um Brust- und Herzgegend noch öfter und kälter anzuwenden sind und die Ableitung nach dem Unterkörper in ausgiebigster Weise auszuführen ist (feuchte Packungen von den Hüften bis mit den Füßen). Zu den Bädern und Waschungen ist dagegen abgeschrecktes Wasser zu verwenden.

Herzbeutelwassersucht. Während die normale Menge seröser Flüssigkeit, welche der Herzbeutel im gesunden Zustande enthält, 5—7 Gramm beträgt, so kann dieselbe bei der Herzbeutelwassersucht mehrere Kilo betragen. Dies Leiden ist immer nur ein Folgezustand, z. B. allgemeiner Wassersucht, infolge von erschöpfenden und das Blut wassersüchtig machenden Erkrankungen (z. B. Typhus, Krebs, Tuberkulose, Wechselfieber) oder infolge von Stauung in den Blutgefäßen bei Herz- und Lungenfehlern.

Die genannte Krankheit ist gewöhnlich die Enderscheinung eines Krankheitsprocesses und nur zu oft die Vorbotin des Todes. Der Kranke hat weder Fieber noch Schmerzen, dagegen tritt bei gewissen Körperstellungen Angst und Atemnot auf.

Herzentzündung (Entzündung seiner es auskleidenden Haut). Kommt ziemlich häufig vor und läßt bei der gewöhnlichen Behandlung in den meisten Fällen einen unheilbaren Fehler der Herzklappen zurück. Am häufigsten als Begleiterscheinung des hitzigen Gelenkrheumatismus, sie tritt im Verlaufe desselben mit oder ohne Fieber auf. Druck in der Herzgegend, Herzklopfen und Atemnot, Erscheinungen, die besonders in der Nacht oder nach Gemütsbewegungen sich bemerklich machen. Beim Auflegen des Ohres hört man an der Herzgegend blasende Geräusche.

Die Behandlung besteht in feuchten Packungen mit besonderen Umschlägen (Extracompressen) auf den entzündeten Teil, je nach Bedarf zwei bis dreimal täglich. Ableitendes Verfahren nach den Füßen. Sorge für gute Luft, offenen Leib, strenge Diät. Im Uebrigen s. d. Art. „Herzklappenkrankheiten".

Herzentzündung (Entzündung des Herzmuskels). Dieses sehr seltene Leiden ist gewöhnlich ein Folgezustand von entzündlichen Processen des Herzbeutels oder der inneren Auskleidung des Herzens. Die Entzündung des Herzmuskels ist fast nie mit Sicherheit zu erkennen. Es besteht Schmerz in der Herzgegend, Kurzatmigkeit, verstärkter Herzstoß.

Siehe die vorhergehenden Artikel.

Herzerweiterung, Vergrößerung des Herzmuskels. Die Zunahme der Muskelsubstanz des Herzens ist immer nur ein Folgezustand von erhöhter übermäßiger Thätigkeit desselben und hat gewöhnlich in Hindernissen, die der Blutkreislauf zu überwinden hat, seine Entstehungsursache (Nieren- und Lungenleiden). Es sind wenige oder gar keine Beschwerden vorhanden. Es fehlen die Circulationsstörungen, dagegen ist das Gefühl von Vollheit und Druck in der Herzgrube vorhanden.

Behandlung. Nur Wasser als Getränk, eine sehr bemessene körperliche Bethätigung und absolut milde, reizlose Kost, weil es nur unter solchen Umständen der Natur möglich wird, die in den Blutbahnen gegebenen Stromhindernisse, soweit als nur immer möglich, zu überwinden. Hierzu ist die Herzvergrößerung das einzige Mittel, weil dadurch das Herz an Kraft gewinnt.

Herzerweiterung. Infolge von Klappenfehlern oder sonstigen Störungen im Blutlaufe des Herzens oder auch in anderweitigen Körperregionen kann als Folge des Stromhindernisses eine Erweiterung der einen oder beider Herzhälften, d. h. der Herzkammern, eintreten. Auch krankhafte Veränderungen des Herzfleisches können dazu führen, z. B. die fettige Entartung des Herzmuskels, die mit gewissen Krankheiten (Typhus, Kindbettfieber, Bleichsucht und andauerndem reichlichem Genuß von Spirituosen) Hand in Hand geht und in den beiden ersten Fällen sich schnell, in den beiden letzteren sich langsam entwickelt. Auch allgemeine Schwächezustände, ebenso wie Lungenleiden, können die Zusammenziehungskraft des Herzmuskels schwächen und dadurch eine Erweiterung der Herzkammern herbeiführen.

Bei dieser Krankheit sind die Herztöne abgeschwächt und undeutlich, besonders bei fettiger Entartung des Herzfleisches, ausgenommen bei der Bleichsucht.

Siehe die Behandlung unter dem Artikel: Herzklappenkrankheiten.

Herzklappenkrankheiten und ihre Folgen. Wesen und Entstehung. Das ungenügende Schließen der Herzventile bewirkt, daß ein Teil des aus dem Herzen ausgetriebenen Blutes wieder in die Herzhöhle zurückstaut, wodurch der Herzmuskel gezwungen wird, mit verstärkter Kraft zu arbeiten, um das angestaute Blut fortzuschaffen. Infolgedessen wird auch seine Muskelsubstanz dicker und kräftiger (Hypertrophie), da jede anhaltend vermehrte Thätigkeit eines Muskels eine Zunahme der Muskelsubstanz zur Folge hat. Auf diese Weise schafft die Natur durch die Kräftigung des Herzmuskels, dessen Aufgabe es ist, das Blut fortzubewegen, die nötige Abhilfe, eine Naturheilung im vollsten Sinne des Wortes, denn der Herzfehler wird ausgeglichen dadurch, daß die Herzkammer fleischiger (muskulöser) und dadurch in den Stand gesetzt wird, die vermehrte Arbeitslast zu bewältigen. Aufgabe der Behandlung ist es, diese Selbstheilung der Natur nicht zu stören, sondern zu unterstützen. Dasselbe gilt von allen übrigen sogenannten Herzfehlern und ist hierüber Folgendes zu bemerken:

Behandlung. Auch hier ist alles übrige der Natur zu überlassen und nur dafür zu sorgen, daß sie während des außerordentlich schwierigen Selbst- oder Naturheilprocesses nicht in ihren Selbstheilbestrebungen gestört wird. Alles, was die Herzthätigkeit vermehrt, „das Herz aufregt", wie man zu sagen pflegt, ist vom Uebel. Also alle diejenigen Speisen und Getränke, die dies thun und alle Gemütsaffecte und geistigen Aufregungen, ebenso wie jede körperliche Anstrengung, müssen strengstens vermieden werden. Wer an „organischen" Herzkrankheiten leidet, hat sorgfältig alles zu vermeiden, was den Kreislauf des Blutes in Aufregung bringt, wozu außer körperlichen und geistigen Anstrengungen und Gemütsbewegungen auch schwer verdauliche, blähende und erhitzende Speisen und Getränke gehören.

Auch hier bei organischen Herzleiden aller Art, mögen dieselben nun in einer Verdünnung oder Verdickung der Herzsubstanz, in einer Erweiterung der Herzkammern, in Verhärtungen oder Verknöcherungen der Herzklappen und der Herzgefäße, in Verengerungen der zum und vom Herzen führenden Oeffnungen bestehen, deren wichtigste Symptome Herzklopfen, erschwertes Atmen, trockenes Hüsteln, sehr beschleunigter Puls, Gefühl von Angst, Ohnmachten, Niedergeschlagenheit 2c. 2c. führen, leistet der innerliche und äußerliche Gebrauch des frischen Wassers außerordentlich viel, indem er immer und immer wieder Erleichterung schafft, den Körper abkühlt, den Blutumlauf mäßigt, die Nerven beruhigt und die Leibesöffnung unterstützt. Bei einer derartigen Diät und Lebensordnung können selbst die schwersten Herzleiden jahrelang ertragen werden, ohne

das übrige Befinden sehr zu beeinträchtigen und dem Kranken jeden Lebensgenuß abzuschneiden.

Kühle Umschläge auf das Herz und auf die Stirn, teilweise Bäder (Hand- und Fußbäder), Begießungen und Waschungen leisten in solchen Fällen Vorzügliches und muß nach und nach ausprobiert werden, welche Anwendungsform des Wassers dem Patient am meisten zusagt und am besten bekommt.

Herzklopfen, nervöses. Dasselbe tritt anfallsweise auf in Form von heftigem Herzklopfen, mit einem Gefühle von Beängstigung und Zusammenschnürung in der Herzgegend und zwar ohne daß irgend eine organische Veränderung des Herzens besteht. Das nervöse Herzklopfen findet sich hauptsächlich bei Blutarmen und Bleichsüchtigen, bei Hysterischen und bei Blutstauungen in der Pfortader und wird außerdem durch geistige und körperliche Erregung und durch Gemütsbewegungen hervorgerufen. Das Herzklopfen ist allerdings auch ein Hauptsymptom aller organischen Herzerkrankungen (Herzklappenfehler, Herzerweiterung 2c.) in den meisten Fällen beruht es jedoch auf einer krankhaften Reizbarkeit des Gefäßsystems und auf Stockungen des Blutlaufes im Unterleibe, auf Congestionen, bei reizbarer Schwäche (Blutarmut und Onanie). Der innerliche und äußerliche Gebrauch des Wassers ist hier ein Radicalheilmittel. Häufig zu wechselnde kalte Umschläge auf die Herzgegend leisten Vorzügliches, daneben kühles Getränk, viel Wasser, viel Obst und leichte, regelmäßige Ausleerungen.

Herzkrampf (Brustbräune). Mit diesem Namen bezeichnet man jene Anfälle von mehr oder weniger starkem Herzklopfen, begleitet von einem zusammenschnürenden, brennenden Schmerze in der Herzgegend, der sich oft über die ganze Brust und bis in die Schultern ausbreitet und von großer Angst und Beklemmung begleitet ist. Der Puls ist kaum fühlbar, jedenfalls unregelmäßig, die Hände und Füße kalt, die Haut mit klebrigem Schweiß bedeckt. Das Gesicht bleich und verfallen. Körperliche Anstrengungen, Gemütsbewegungen und Diätfehler bilden Anlässe.

Die Behandlung siehe unter dem Artikel „Brustkrampf".

Herzkrankheiten, ihre Erkennungsmerkmale. Dieselben zerfallen in solche, welche dem Kranken zum Bewußtsein kommen (subjective Erscheinungen), z. B. Drücken und Spannung am Herzen, Beklemmung, Herzklopfen, Kurzatmigkeit — und in solche, welche für den Beobachter nachweisbar sind. Bei der Besichtigung läßt sich nicht selten eine Auftreibung der Herzgegend wahrnehmen; die Stärke, die Häufigkeit und die Ausbreitung des Herzstoßes, der sowohl fühlbar als auch sichtbar ist, geben mehr oder weniger charakteristische Anhaltspunkte. Eine vermehrte Stärke des Herzstoßes findet sich bei Vergrößerung des Herzens, mit und ohne Klappenfehlern, ebenso bei Blutüberfüllungen des Herzens und bei Erweiterung desselben. Weniger von Bedeutung ist es, ob der Herzstoß regelmäßig oder unregelmäßig oder aussetzend ist.

Herzverfettung. Dieselbe besteht entweder in einer Fettwucherung am Herzen oder in einer fettigen Entartung des Herzfleisches. Im ersteren

Falle ist das Herz förmlich von Fett umhüllt und das Muskelfleisch blaß, dünn und mürbe, und infolgedessen leicht zerreißlich. Dieser Zustand findet sich gewöhnlich bei allgemeiner Fettsucht, bei Gewohnheitstrinkern u. s. w. Die fettige Entartung des Herzfleisches dagegen bei Krankheiten, die mit hohen Fiebertemperaturen verlaufen (Typhus, bei Vergiftungen mit ätzenden Säuren und Phosphor); ebenso infolge beständigen und reichlichen Genusses von Spirituosen.

Die wesentlichste Erscheinung bei diesem Leiden besteht in sogen. Herzschwäche (schwacher Herzstoß, undeutliche Herztöne, kaum fühlbarer oder auch aussetzender Puls). Diese Erscheinungen stellen sich bei der Fettwucherung des Herzens allmählich ein und vermindert sich der kleine aussetzende Puls oft bis auf die Hälfte der Schläge in einer Minute. Außerdem stellen sich Schwindel, Ohnmachten, Kurzatmigkeit, und bei starken Körperbewegungen Beklemmungen der Herzgegend ein, ebenso brennende und zusammenschnürende Schmerzen. Auch dem Schlagfluß ähnliche Anfälle treten auf, die mit Schwindel und Brechreiz beginnen und vorübergehende Lähmungen zurücklassen.

Behandlung s. d. Art. „Herzklappenkrankheiten".

Hirn, Gehirn. Wenn wir die Krankheiten dieses Organs und seiner Verlängerung, des Rückenmarkes verstehen und beurteilen lernen wollen, so müssen wir uns vor allen Dingen zunächst einigermaßen über den Bau und die Verrichtung dieser beiden Organe unterrichten. Sämtliche Organe und Apparate des menschlichen Körpers werden durch das Nervensystem zu einem einheitlichen und harmonisch zusammenwirkenden Ganzen verbunden. Die Nerven sind es, welche alle Empfindungen und Bewegungen, alle Sinnes- und Geistesthätigkeiten vermitteln. Diese wunderbare Substanz, welche den gesamten verbrüderten Bau des menschlichen Körpers leitet und beherrscht, verwaltet und regiert, ist an gewissen Stellen in größeren Mengen angehäuft, und bildet dadurch die sogenannten Centralorgane des Nervensystems: das Gehirn und das Rückenmark, oder, in Form von größeren oder kleineren Verknotungen, die sogenannten Ganglien. Durch alle übrigen Teile des Körpers laufen dünnere oder stärkere Fäden bis in die entferntesten Regionen und Bezirke und bis in die versteckteften Winkel, um als elektrische Kabel diese mit den Centralstellen des Nervensystems zu verbinden. Zweierlei Arten von Nerven sind es, welche einerseits den Sinnes- und Geistesthätigkeiten, sowie der Empfindung und der willkürlichen Bewegung dienen und ihren Ursprung im Gehirn haben, andererseits sämtliche Lebensprocesse anregen und regulieren, wie z. B. die Herzthätigkeit, die Verrichtungen des Verdauungsapparates, der Atmung u. s. w. Ein Teil jener elektrischen Kabel dient ausschließlich der Empfindung, indem er die von der Außenwelt empfangenen Eindrücke dem Gehirn übermittelt, mithin die elektrische Zuleitung in den Empfindungsnerven in der Richtung nach den Nervenmittelpunkten, nach dem Gehirn hin (centripetal – dem Mittelpunkt zustrebend) bewirkt. Ein anderer Teil hingegen dient ausschließlich der Be-

wegung, indem er die von den Mittelpunkten der Bewegung (Gehirn und Rückenmark) ausgehenden Anregungen in den Bewegungsnerven nach der Oberfläche des Körpers hin fortleitet und ausstrahlt, mithin in centrifugaler Richtung (den Mittelpunkt fliehend) sich bethätigt.

Die Nervensubstanz selbst besteht aus feinsten Fasern und Bläschen oder knotenförmigen Anschwellungen, die aus einer weißen, geruchlosen, zähen und weichen Substanz bestehen und durch eine klebrige Bindesubstanz, eine Art Nervenkitt, auf das innigste mit einander verbunden sind. Während in der weißen Nervensubstanz die Nervenfasern die vorherrschenden Gewebselemente sind, so bilden in der grauen Substanz die Nervenzellen den Hauptbestandteil. Wie ein in die Erde gesenktes Telegraphenkabel aus mehrfachen in eine gemeinsame Kabelumhüllung eingeschlossenen Leitungsdrähten besteht, so zeigen sich auch hier zahlreiche Nervenfasern zu einem größeren Bündel vereinigt und von einer gemeinsamen, sehnigen Umhüllung, der Nervenscheide, umgeben. Ohne Unterbrechung verlaufen dieselben vom Ursprung bis zu ihrem Ende, immer von gleicher Dicke und gegen das Ende hin in feinere Fasern auslaufend.

Die Ganglienzellen hingegen, der Hauptbestandteil der grauen Nervensubstanz, sind plattgedrückte Zellen, die in Größe und Form außerordentlich verschieden sind, einen feinkörnigen, mehr oder weniger gefärbten Inhalt und einen bläschenartigen Kern haben.

Die eigentliche Nerventhätigkeit liegt in erster Linie in der grauen Nervensubstanz, und wird als „Nervenkraft", „Nervenfluidum", „Lebenskraft" 2c. bezeichnet. Sie ist mit der beim Telegraphen wirksamen Elektrizität zu vergleichen und ihrem innersten Wesen nach noch ebenso unaufgeklärt wie diese; nur die Bedingungen, unter denen sie ihre Thätigkeit entwickelt, sind, wie bei dieser, ziemlich bekannt. Denn ebenso wie der Telegraph functionsunfähig ist — trotzdem alle Apparate und Drähte sich in Ordnung befinden — wenn er nicht durch einen Reiz von außen dazu angeregt wird, so wird auch die Nerventhätigkeit durch einen Antrieb von außen hervorgerufen, den man „Reiz" oder „Nervenreiz" nennt, während die Fähigkeit der Nerven, thätig sein zu können, mit „Reizbarkeit", „Sensibilität", „Empfindlichkeit" bezeichnet zu werden pflegt.

Das Gehirn liegt in einer Höhlung des Kopfes, der sogenannten Schädelhöhle und ist außerdem von einer Hülle umgeben, die aus drei zwiebelschalenartig umeinander liegenden Häuten gebildet ist, den sogen. Hirnhäuten. Man unterscheidet, von außen nach innen gehend, die harte Hirnhaut, die Spinnwebenhaut und die weiche Hirnhaut. Diese drei Häute schließen etwas Wasser in sich ein, welches die Oberfläche des Gehirnes umspült.

Das Gehirn ist aus Ganglinzellen, Nervenfasern und einer eigentümlichen, weichen Bindesubstanz zusammengesetzt, welch' letztere ein ungemein zartes, die nervösen Organe einhüllendes Fächer- und Maschenwerk bildet. Die Ganglienzellen haben Fasern von verschiedener Stärke, welche teilweis, in unzählige Fäserchen geteilt, sich mit den Nervenfasern ver-

binden. Die Nervenfasern, welche die weiße Gehirnsubstanz bilden und die graue, aus Ganglienzellen bestehende Masse durchziehen, verbinden teils die Ganglienzellen untereinander, teils bilden sie die Enden von Bewegungs- oder die Anfänge von Empfindungsnerven. Auch vereinigt sich eine große Anzahl derselben zu starken Fäden und bildet die sogenannten Gehirnnerven, deren es 12 Paare giebt. Diese verzweigen sich am Kopfe Halse und in der Brust und einer derselben geht bis zum Magen herab. Außerdem erstrecken sich die Nervensasern durch das Rückenmark in die Rückenmarksnerven, denen sie die Fähigkeit verleihen, zu empfinden und willkürliche Bewegungen zu erzeugen.

Diese letzteren, nach dem Rückenmarke hinziehenden Nervenfasern kreuzen sich in demselben, sodaß die in der rechten Hirnhälfte entspringenden sich nach der linken Körperhälfte hin ausbreiten. Hieran liegt es auch, daß bei Hirnschlagfluß stets die der betreffenden kranken Gehirnhälfte entgegengesetzte Seite des Körpers ganz oder teilweise gelähmt wird.

Das Rückenmark, dieses anderweitige Centralorgan des Nervensystems, liegt im Kanale der Wirbelsäule eingebettet und besteht aus einem walzenförmigen, etwas plattgedrückten, aus zwei Seitenhälften zusammengesetzten Strange. Es ist wie das Gehirn von 3 Häuten und etwas Wasser umgeben und hängt mit demselben an seinem oberen Ende zusammen, während es in der Lendengegend eine stumpfe, sich in einzelne dünne Fäden verzweigende Spitze bildet. Auch die das Rückenmark zusammensetzende Masse besteht aus grauer und weißer Nervensubstanz, nur daß hier die graue Masse den Kern (mit einem Kanale in der Mitte), die weiße hingegen die Rinde des Rückenmarks bilden. Die Fasern der weißen Masse stehen teilweis mit den Ganglienzellen der grauen Rückenmarkssubstanz, teilweis, indem sie sich bis in's Gehirn hinauf erstrecken, mit den Hirnzellen der grauen Masse in Verbindung. Mit den ersteren eng verbunden heißen sie Rückenmarksnerven und verbreiten sich als solche besonders über den Rumpf mit seinen Eingeweiden und über die Gliedmaßen, die unwillkürlichen Bewegungen derselben veranlassend. Die willkürlichen gehen, wie bereits erwähnt, vom Gehirn aus.

Erkennungsmerkmale der Krankheiten des Hirns und des Rückenmarks. Die Krankheiten des Nervensystems sind entweder solche, bei denen nachweisbare krankhafte Veränderungen der Nervensubstanz und ihrer Hüllen zu Grunde liegen, wie also beispielsweise entzündliche Vorgänge und Ernährungsstörungen, oder solche, bei denen die Lebensverrichtungen, die Berufsthätigkeit, also die Functionen der Nerven gestört sind, ohne daß man im Stande ist, mit Hilfe der gegenwärtigen Hilfsmittel eine Ernährungsstörung oder überhaupt eine stoffliche (materielle) Veränderung der Nervensubstanz nachzuweisen, obschon eine solche sicher vorhanden ist. Denn jedwede Bethätigungsweise eines Organs ist unmittelbar von dem Stoffe und dessen jeweiliger Beschaffenheit abhängig, aus welchem die verschiedenen Werkzeuge (Organe) und Systeme (Nerven-, Blutgefäß-, Muskelsystem u. s. w.) verfertigt und aufgebaut

sind. Soweit die Störungen in der Berufs- und Betriebsthätigkeit nicht von groben, stofflichen (materiellen) Erkrankungen des Gehirns- und Rückenmarks abhängig sind, kann man sie in folgender Weise verteilen.

1. Schmerzen (Nervenschmerzen, Neuralgien). Dieselben bestehen in einer abnorm gesteigerten Erregung der Gefühlsnerven, die wir in ihren niederen Graden als Ueberempfindlichkeit im Gegensatze zur Unempfindlichkeit bezeichnen. Die einzelnen Arten von Schmerzen (reißende, bohrende, stechende 2c.) werden durch die eigenartigen Besonderheiten der Ursachen und der Constitution des Patienten modificiert.

Eine Hauptsache bleibt es unter allen Umständen, daß man zwischen Schmerzen unterscheidet, die da ihre Ursache haben, wo sie empfunden werden, und solchen Schmerzen, die z. B. in der Körperoberfläche empfunden werden, wo aber die Ursache, also der krankmachende Punkt oder Anlaß in den Centralorganen des Nervensystems, also im Gehirn und im Rückenmarke oder aber an zwischen den Centralherden des Nervensystems und den an der Körperoberfläche gelegenen schmerzhaften Punkten liegt. Wenn wir uns z. B. am Ellenbogen in der Weise stoßen, daß der Nervenstamm des Ellenbogennervens dadurch beleidigt wird, so strahlt der hierdurch entstehende Schmerz bis in die in den 4. und 5. Finger sich ausbreitenden Aeste jenes Nervenstammes aus. Schmerzen, welche in den Centralherden des Nervensystems ihre Entstehungsursache haben, strahlen demgemäß in sämtliche Verzweigungen und Endigungen derjenigen Nerven aus, von deren Ursprungsstelle oder Wurzeln (im Gehirn oder Rückenmark) die Entstehungsursache des Schmerzes gegeben ist. Es verhält sich also hier genau so wie mit einer Haupttelegraphenstation, von welcher, mit Nerven vergleichbar, zahlreiche elektrische und empfindliche Kabel auslaufen und sich in dem Organismus eines Staatskörpers verzweigen und ausbreiten, sodaß eine Störung am Centralapparate, sobald alle Kabel mit einander verkoppelt sind, in allen ihren Verzweigungen und Verästelungen bis an die Endpunkte hin empfunden wird, und wenn nur ein Kabel erregt wurde, diese Störung nur in den Verzweigungen und Ausstrahlungen dieses gefühlt und empfunden wird (s. d. Art.: Elektricität).

Außerdem können aber auch Schmerzen aus einem Nervenbezirke in einen anderen überstrahlen (reflectierte Schmerzen), indem z. B. der Erregungszustand der Nerven von den Bewegungsnerven (also denjenigen, die die Muskeln in Bewegung und Thätigkeit versetzen und daher mit der Empfindung gar nichts zu thun haben) auf die Empfindungsnerven übergeht. Es kann mithin die eigentliche und letzte Entstehungsursache eines Schmerzes an einer kranken aber durchaus schmerzlosen, weil überhaupt unempfindlichen Stelle liegen und die von hier aus bewirkte Schmerzempfindung an einer ganz anderen, gesunden Stelle empfunden werden.

Deshalb bilden auch die Schmerzen in vielen Fällen ein ziemlich unsicheres Erkennungsmerkmal für Gesundheitsstörungen aller Art, da die eigentliche und letzte Quelle der Schmerzen oft gar nicht zu entdecken ist,

und man daher keineswegs immer annehmen darf, daß da, wo der Kranke Schmerzen empfindet, auch der Sitz des Uebels sei.

2. Krämpfe. Die Erregung eines (sensiblen) Empfindungsnerven äußert sich durch Schmerzempfindung und durch Reflexerscheinungen, indem der Erregungszustand auf die Bewegungsnerven überstrahlt und hier die Erregung sich durch die Verkürzung und Zusammenziehung der von den betreffenden Nerven versorgten Muskeln, also in Krämpfen offenbart. Werden die bezüglichen Nerven nur zeitweilig erregt, also sind gewisse Pausen der Ruhe im Erregungszustande der Nerven vorhanden, so wechselt dementsprechend der Zustand der Erschlaffung und der Zusammenziehung der Muskeln, und man spricht von klonischen, also nicht andauernden Krämpfen (wie z. B. bei sogenannten Zahnkrämpfen der Kinder, bei der Epilepsie, bei hysterischen Krämpfen u. s. w.). Sind dagegen die die Bewegungen der Muskeln veranlassenden Nerven (daher Bewegungsnerven genannt) durch andauernde oder doch schnell aufeinander folgende Reizungen in krankhafte Erregungen versetzt, so ist die Zusammenziehung der Muskelfasern eine anhaltende und diese Art von Krämpfen nennt man anhaltende oder andauernde (tonische) Krämpfe (wie z. B. beim Kinnladen- und beim Starrkrampf).

3. Lähmungen. Unter Lähmungen versteht man denjenigen krankhaften Zustand, in welchem die die Muskeln in Action versetzenden Bewegungsnerven durch den vom Willen ausgehenden Antrieb nicht mehr in Erregung versetzt werden können, mithin die gewollte willkürliche Bewegung der Muskeln aufhört. Störungen der willkürlichen Bewegung, welche einen anderen Grund haben (z. B. durch Muskel-, Knochen- oder Gelenkkrankheiten bedingt werden), werden nicht zu den Lähmungen gerechnet.

Die hauptsächlichsten Krankheiten des Gehirns und seiner Häute sind immer außerordentlich schwer und in zahlreichen Fällen gar nicht zu erkennen (zu diagnosticieren). Und warum? Weil wir immer nur auf die Krankheitszeichen (Symptome) angewiesen sind, welche durch die Functionstörungen hervorgerufen werden und zwar sowohl im Bereiche der Empfindungs- und Bewegungsnerven, wie auch in der geistigen Sphäre, wo sie sich als Erregungs- und Depressionszustände des Nervensystems offenbaren.

Reizungs- oder Erregungszustände (Exaltationen) in der Empfindungssphäre offenbaren sich beispielweise in Gestalt von Kopfschmerzen, die bald bohrend oder nagend, bald klopfend, bald reißend, schneidend, stechend, durchschießend, bald dumpf und drückend, bald brennend, bald eisig kältend sein können. Dieselben können sowohl bei Blutmangel, wie auch bei Blutfülle im Gehirn, vorhanden sein, ebenso wie bei Entzündung oder bei Entartung der Gehirnsubstanz und seiner Häute, aber auch bei Krankheiten der Schädelknochen, wo die Kopfschmerzen allerdings mehr aussetzend und periodisch, bald festsitzend und scharf umschrieben, bald oberflächlicher, bald tiefer aufzutreten pflegen; durch Druck auf

den Kopf oder durch Schütteln des Kopfes, durch schnelles Bücken und Sichumdrehen steigern sich dieselben, ebenso durch plötzliches Aufrichten, Verhalten des Atems, Pressen mit dem Leibe (z. B. bei erschwertem Stuhlgange), Husten, Niesen, sowie durch geistige und körperliche Anstrengungen. Auch das Gefühl von Wüstheit und Eingenommenheit des Kopfes, Schwindel, schweres Gefühl, das Gefühl von Schwappen, von Vergrößerung und Auseinandertreiben des Kopfes, oder von Verkleinerung und Zusammenpressen desselben, können Begleiterscheinungen und Symptome von Krankheiten des Gehirns und seiner Häute sein. Ebenso Flimmern vor den Augen, Flecken-, Funken-, Mücken- und Bildersehen, sowie Empfindlichkeit gegen Licht, Gehörtäuschungen, wie Läuten, Singen, Sausen und Klingen in den Ohren. Außerdem auch Ueberempfindlichkeit, Taub- und Pelzigsein der Haut.

Dagegen treten in der Sphäre der Bewegungsapparate (Bewegungsnerven und Muskeln) Zittern, Zuckungen und Zusammenziehungen einzelner Muskeln (Krämpfe) auf, und zwar aussetzend oder anhaltend, teilweise (in einzelnen Muskeln oder Muskelgruppen) oder allgemeine Krämpfe, außerdem Pupillenveränderung und Schielen.

In der geistigen (psychischen) Sphäre können auftreten große Lebhaftigkeit und Unruhe, leichte Erregbarkeit, Redseligkeit, Schlaflosigkeit, lebhaftes Delirium (Phantasieren) und Sinnestäuschungen. Endlich können auch Depressionserscheinungen (Niedergedrücktsein und Niedergeschlagenheit) in der Empfindungssphäre vorhanden sein, z. B. Empfindungslosigkeit verschiedener Art, herabgesetztes oder gänzlich aufgehobenes Seh- und Hörvermögen, verbunden mit Störungen in der Bewegungssphäre, z. B. in einzelnen Muskeln, besonders in denen des Gesichts, oder ganzer Muskelgruppen, Abweichung der Zunge, Herabhängen der Mundwinkel, Lähmung eines oder beider oberen Augenlieder, Doppelsehen, Erweiterung der Pupillen.

In der psychischen Sphäre: langsames Antworten, geistige Unbehilflichkeit, Teilnahmslosigkeit, Stumpfsinnigkeit, Benommenheit, Schlafsucht (Sopor) und Bewußtlosigkeit (Coma).

Die Depressionserscheinungen treten gewöhnlich nach starken Reizungen der Centralorgane des Nervensystems auf. Sie folgen also gewöhnlich auf Exaltationserscheinungen.

Mit besonders stürmischen und sehr deutlich ausgeprägten Reizungserscheinungen verlaufen die Krankheiten der Hirnhäute, ebenso die der Hirnrinde (die oberflächlichste Hirnschicht, Rindensubstanz genannt), zu denen sich jedoch bereits mehr geistige Störungen, besonders solche des Verstandes, gesellen. Die Krankheiten der großen, weißen, im Innern des Hirns gelegenen Hirnpartieen führen häufig zu Störungen in den Sinneswerkzeugen (Blindheit, Taubheit), zum Schwinden des Gedächtnisses und der Sprache und zu halbseitigen Lähmungen. Langsam entwickeln sich die Krankheiten der weißen Markmasse (Marklager) des Gehirns, in welcher die Bewegungsnerven ihren Ursprung haben, begleitet von örtlichen Schmerzen,

von krampfhaften oder von Lähmungserscheinungen in einzelnen Gliedern, dagegen selten von Delirien und psychischen Störungen. Werden hierbei bestimmte Nerven, z. B. der lebenswichtige Herz-Lungen-Magen-Nerv (vagus - herumschweifende Nerv) in Mitleidenschaft gezogen, so ist der Puls abnorm langsam und Erbrechen vorhanden. Bei lähmungsartigen Zuständen desselben tritt, da er die Hemmungsvorrichtung des Herzens repräsentiert, jagender Puls, langsames und stockendes Atmen auf.

Die verschiedenartigsten Gehirnsymptome liefern aber keineswegs einen absolut sicheren Beweis für eine directe Erkrankung des Gehirns, da dieselben oft nur auf Reflexen (auf Rückwirkungen und Ueberstrahlungen) von anderweitigen Erkrankungen beruhen, z. B. auf Krankheiten der Brust- und Unterleibsorgane oder durch Erkrankungen des Blutes (Scharlach, Pocken) oder im Verlaufe derselben (z. B. beim Typhus, sogenanntem Nervöswerden einer Krankheit) bedingt werden.

Die hauptsächlichsten Krankheiten des Rückenmarkes bedingen Reizungserscheinungen in der Empfindungssphäre, z. B. Rückenschmerzen, die fortwährend bestehen oder durch Druck auf das Rückgrat hervorgerufen werden. Ferner sind sie begleitet von Ueberempfindlichkeit der Haut und Muskeln, von Nervenschmerzen, von Spannung des Leibes, Druck in den Fußsohlen; und in der Bewegungssphäre: Zuckungen, Spannungen, Muskelzusammenziehungen und Krämpfe.

Depressionserscheinungen treten bei Rückenmarkserkrankungen in Gestalt von Unempfindlichkeit, von mangelhafter Herrschaft über die Muskeln, von mangelhaftem Gefühle der Stellung und der Bewegung der Glieder auf.

In der Bewegungssphäre machen sich geltend, Schwäche oder Lähmung einzelner Muskeln, z. B. des Mastdarms und des Schließmuskels der Blase oder ganzer Muskelgruppen, die sich gewöhnlich von unten nach oben im Körper ausbreitet.

Beiden Sphären gemeinschaftlich gehören die Störungen in der Muskelbewegung an, z. B. hinsichtlich der Beherrschung der Muskeln. In solchem Falle werden alsdann die gewollten Bewegungen der Muskeln nur ungeschickt ausgeführt, namentlich feine Bewegungen, während die rohe Kraft der Glieder erhalten bleibt (stapfender Gang).

Gehirnkrankheiten treffen gewöhnlich nur eine Körperhälfte, Rückenmarkserkrankungen beide, besonders den mittleren oder unteren Teil des Körpers.

Hirn, Blutleere desselben. Die Blutleere des Gehirns besteht in einem verminderten Blutgehalte desselben, erzeugt durch alle jene Anlässe, welche das im Körper vorhandene Blut verringern oder die Erzeugung von neuem Blut verhindern (z. B. durch Blutverluste aller Art, durch zu reichlichen Monatsfluß, durch erschöpfende Krankheiten, anhaltende Durchfälle, zu langes Stillen der Frauen, durch Magenleiden aller Art, wie überhaupt durch unzureichende, mangelhafte Verdauung).

Bei Kindern macht sie oft den Eindruck einer Gehirnerkrankung.

Entweder sind dieselben erregt, schlafen schlecht, sind empfindlich gegen Licht und Geräusche, schreien oft, haben rotes Gesicht, nicht selten Fieber, Krämpfe, oder es ist eine Abstumpfung (Torpor) des Gehirns vorhanden: sie zeigen sich unempfindlich, mit kaum fühlbarem Puls, verlangsamtem oder schnarchendem Atem, starren Pupillen und bleichem und kaltem Gesicht. Bei Erwachsenen bewirkt plötzliche Blutleere des Gehirns Ohrensausen, Schwarzwerden vor den Augen, Erkalten des Gesichts und der Gliedmaßen und Schweiß, Lippen und Zahnfleisch werden bleich, der Puls wird klein und aussetzend, das Bewußtsein schwindet (Ohnmacht).

Bei chronischen Fällen hat sich die Behandlung gegen die die Blutleere des Gehirns bedingenden Grundleiden zu richten. Ist das Leiden akut, d. h. z. B. plötzlich durch große Blutverluste, durch Aufrichten im Bett von sehr Geschwächten 2c., entstanden, so ist der Kranke wieder horizontal, noch besser so zu lagern, daß der Kopf etwas tiefer als der übrige Körper zu liegen kommt, damit das Herz nur geringe Anstrengungen hat, das Blut wieder nach dem Gehirn hinzutreiben. Einflößung von etwas kaltem Wasser, sowie Bespritzen des Gesichts, der Schläfen und der Herzgegend mit kaltem Wasser.

Hirn, Blutüberfüllung desselben. Die Blutüberfüllung des Gehirns besteht in dem vermehrten Blutgehalte dieses Organs und seiner Häute und ist die gewöhnliche Begleiterin der verschiedensten entzündlichen und fieberhaften Krankheiten. Vorübergehend entsteht dieselbe durch Gemütsaufregungen und infolge des Genusses aufregender Getränke. Auch kann dieselbe entstehen durch unterdrückten Monatsfluß, durch Einwirkung starker Hitze- oder Kältegrade auf den Kopf, starke Abkühlungen der Körperoberfläche, anhaltende Gemütsbewegungen. Blutstauungen im Gehirn treten infolge von starker Verhaltung des Atems ein, andauernd hingegen bei allen den regelmäßigen Rückfluß des Blutes vom Kopfe behindernden Erkrankungen, z. B. bei Geschwülsten am Halse, bei Kropf, Leberanschwellungen, Lungenerkrankungen 2c., auch infolge von Schlagflüssen.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Starke Erregungen der Hirn- und Nerventhätigkeit, z. B. Kopfschmerz, Ideenflucht, übermäßige Empfindlichkeit des Gesichts und Gehörs, Brechreiz, Unruhe, Aufregung, Gereiztheit, Krämpfe in mehr oder minder heftigen Graden. Puls voll und beschleunigt. Temperatur nur erhöht, wenn die Blutüberfüllung als Begleiterscheinung entzündlicher Erkrankungen auftritt. Gesicht heiß und gerötet, Ohrensausen, schreckhafte Träume. Bei schwächeren Graden schweres Gefühl im Kopfe, Gesichtsröte, Druck in der Stirn und den Augenhöhlen, Unfähigkeit zu geistigen Arbeiten. Sind die Anlässe geistiger oder seelischer Art, so treten noch Sinnestäuschungen, Wahnideeen, Wahnzustände (Delirien), Ideenjagd 2c. hinzu, besonders beim Ausbruch hitziger Krankheiten, die mit Hautausschlägen verbunden sind. Treten noch Zuckungen einzelner Muskeln des Gesichts und der Glieder hinzu, so deutet dies zugleich auch auf eine Blutüberfüllung der Gehirnhäute (wie z. B. bei Gehirnhautentzündungen, siehe diese). Ist Flimmern vor den Augen und

Ohrensausen vorhanden', und sinkt der Patient bewußtlos zusammen, so hat eine Blutgefäßzerreißung im Gehirn stattgefunden (s. Hirnschlag).

Behandlung. Vermeidung der zahlreichen Ursachen, welche eine Blutüberfüllung des Gehirns begünstigen. Beseitigung aller beengenden Kleidungsstücke (enge Hemdkragen, Halsbinden 2c.). Während des Schlafes leichte und nicht warme (also auch dünne) Bedeckung des Körpers; ununterbrochene Zufuhr frischer Außenluft in das mäßig temperierte Zimmer. Ruhiges Verhalten, Fernhalten geistiger und seelischer Aufregungen, lauter Geräusche, greller Lichteindrücke; strengstes Vermeiden aller erhitzenden, aufregenden Getränke (Caffee, Chocolade, geistige Getränke 2c.). Frei- und Kühltragen des Halses, regelrechte Blutverteilung durch mäßige Körperbewegung und durch Warm- und Trockenhalten der Füße. Regelmäßige Leibesöffnung. Die Behandlung mit Wasser erzielt geradezu glänzende Erfolge, und ist anzuraten: Waschungen und kalte örtliche Bäder (Fuß- und Sitzbäder, Klistiere von 10—15° R.), teils um abzuleiten, teils um das Hautsystem anzuregen und zu kräftigen. Kommt der Patient zum Liegen: kalte (frisches Brunnenwasser), oft zu wechselnde Kopfumschläge, desgleichen Abreibungen der Beine; weiterhin Neptunsgürtel und Rumpfpackungen. Diät: einfache, knappe, reizlose und kühlende Nahrung, Obst, säuerliche Beerenfrüchte, Brot und Milch (saure und Buttermilch). Fleißigen und reichlichen Genuß von frischem Wasser oder viel anderweitiges, kühlendes Getränk, z. B. Limonaden von säuerlichen Fruchtsäften (besonders Preißel- und Johannisbeeren).

Hirnentzündung. Dieselbe hat ihren Sitz in dem das Gehirn unmittelbar umgebenden, durchsichtigen, feinen, gefäßreichen Häuten. Durch Entzündung entstehen eitrige Ausschwitzungen, deren hitzige (akute) Form bei Medicinbehandlung in eine andauernde (chronische) übergeht, wobei oft die graue Hirnsubstanz schwindet und sich Geisteskrankheiten oder den Tod herbeiführende Eiterherde bilden. Naturgemäß behandelt, führt diese Krankheit zur vollständigen Genesung.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Bei kleinen Kindern: heftiges Fieber und allgemeine, sich wiederholende Krämpfe; zunehmende Schwäche und Schlummersucht, übergehend in allgemeine Lähmung. Anlässe: Zahnperiode, Einwirkung heißer Sonnenstrahlen auf den Kopf, heftige Erkältungen desselben oder entzündliche Zustände (Knochenfraß) im inneren Ohre oder Hirnerschütterungen. — Bei Erwachsenen: starker Schüttelfrost, heftiges Fieber, voller, schneller Puls, Empfindlichkeit der Hautnerven und Sinnesorgane, heftiger Kopfschmerz. Ferner: Steifigkeit im Genick, Unruhe und Zittern der Muskeln und Krämpfe, die weiterhin Lähmungen herbeiführen, z. B. Schielen, Herabhängen eines oder beider Augenlider, Stottern 2c. Stets tritt Erbrechen auf. Seelische Erscheinungen, wie Aufregung, Schlaflosigkeit, Wahnideen, selbst Tobsucht, gehen weiterhin in geistige Benommenheit, Teilnahmslosigkeit, Schlummersucht, Lähmungen über. Läßt man die Krankheit sich vollständig entwickeln — die Naturheilkunde thut dies nie — so bleiben selbst in Fällen von Ge-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

nesung häufig Kopfschmerz, Gedächtnisschwäche, Schwäche einzelner Muskeln ꝛc. zurück.

Behandlung: Die Gehirnentzündung ist eine der gefürchtetsten Krankheiten und angesichts der landläufigen Behandlungsweise muß man sagen: mit Recht, denn in zahlreichen Fällen endigt dieselbe mit dem Tode oder aber es bleiben die „Wiedergenesenen“ ihr ganzes übriges Leben hindurch siech und elend. Dies hat seinen Grund darin, daß die Arzneibehandlung überhaupt nicht imstande ist, eine Entzündung und am allerwenigsten eine Gehirnentzündung ohne Gefahr für den Patienten zu behandeln oder aber zu heilen.

Daß bei der Gehirnentzündung eine außerordentliche Blutüberfüllung des Gehirns besteht, ist unbestritten, und daß es die wichtigste Aufgabe bei einer Gehirnentzündung ist, diese Blutüberfüllung zu beseitigen oder zum mindesten wesentlich zu verringern, ist ebenso zweifellos. Daß es nun irgendwelchen Medicinquark geben könne, der es vermöchte, dieses in den Blutgefäßen des Gehirns enthaltene Zuviel von Blut in die übrigen Blutbahnen des Körpers zu dirigieren, sei es durch eine Art von Lockruf oder per Schub, das kann nur ein altes arzneimittelsüchtiges Kräuterweib glauben, und daß es in der That solche Zaubermittel nicht giebt, — das lehrt die Erfahrung. Einem solchen Schwerkranken starke Abführmittel in Gestalt von versüßtem Queckſilber (Calomel) oder von Jalappe zu geben, ist keine Heilkunde, sondern Heil**un**kunde, da die ganze Art des hierdurch bezweckten ableitenden Verfahrens nicht blos eine höchst rohe, pferdekurmäßige ist, sondern bekanntlich derartige brutale Einwirkungen auch für das Gehirn eine verderbliche Nachwirkung zu erzeugen pflegen, nämlich um so heftigeren Blutandrang (Congestionen, Wallungen) nach dem Gehirn, wodurch das bereits bestehende schwere Leiden nur noch mehr verschlimmert wird. Diese Heilunwissenschaft steigert sich aber geradezu zum Verbrechen, wenn man Einreibungen von grauer Queckſilbersalbe anwendet, und auf diese Weise zu dem bereits vorhandenen Uebel noch ein zweites, mindestens ebenso großes gesellt. Es kann nichts Widersinnigeres gedacht werden, als der Natur, die bereits gegen einen mächtigen Feind, nämlich die gegebene schwere Krankheit, mit Aufgebot aller ihrer Kräfte und ihrer reichen Hilfsmittel ankämpft, außer diesem mächtigen Krankheitsfeinde noch einen anderen entgegenzustellen, nämlich ein verderbliches Arzneigift. Dadurch wird den gewissenhaften, hochintelligenten und erfolgversprechenden Heilbestrebungen der Natur gleichsam ein Knüppel zwischen die Beine geworfen, sodaß sie strauchelt und oft genug auch fällt, ohne sich je wieder erholen und emporhelfen zu können.

Und ist die sonstige Behandlung mit Eisblasen und Eisbeuteln eine richtige? ist sie eine wissenschaftliche? Keins von beiden. Was sollen diese extremen Kältegrade bewirken? Man geht dabei von der Erfahrungsthatsache aus, daß die Kälte die im Kopfe vorhandene Hitze verringert und vor Allem ein Zusammenziehen der Gewebe veranlaßt, wodurch dieselben weniger blutführend werden. Hierzu kommt noch, daß die feinen kleinen

Blutgefäße nicht blos aus physikalischen Gründen, sondern auch infolge einer lebensthätigen Rückwirkung unter dem Einflusse der Kälte sich zusammenziehen und dadurch ihren Blutgehalt vermindern. Wer jedoch mit den anatomischen Verhältnissen des Kopfes genau vertraut ist, muß es für außerordentlich unwahrscheinlich halten, daß bei der ansehnlichen Dicke der Kopfhaut und der knöchernen Schädelkapsel und nicht minder bei dem großen beständig wechselnden Blutreichtum der Kopfhaut und des Gehirns eine wirksame Kälteeinwirkung bis auf das erkrankte Organ selbst stattfindet. Wenigstens ist eine derartige, bis auf das das erkrankte Organ vordringende Kältewirkung noch in keinem Falle erwiesen und ist es nach Sachlage der Dinge auch nicht wahrscheinlich, daß ein derartiger Nachweis jemals geliefert werden könnte. So ist also die ganze, angestrebte Einwirkung durch Kälte auf das entzündete Hirn durchaus hypothetisch und ungewiß. Aber selbst dann, wenn die Kälteeinwirkung der Eisblasen und Eisbeutel und überhaupt der Eisüberschläge sich bis auf den Entzündungsherd, also bis auf das entzündete Gehirn erstrecken würde, so könnte eine solche Behandlungsweise niemals den Beifall der Naturheilkunde finden, da eine solche Behandlung nicht blos als unsicher, sondern auch als durch und durch unwissenschaftlich und geradezu schädlich bezeichnet werden muß. Denn Jeder, der nur einigermaßen mit der Wirkungsweise der verschiedenartigen Anwendungsformen des Wassers vertraut ist, weiß, daß wenn man Wasser von sehr niedrigen Temperaturgraden auf irgend einen Teil des menschlichen Körpers anwendet, für's erste der Lebensproceß und zwar speciell der Blutverkehr zunächst unter sein bisheriges Maß herabgedrückt wird, um sich nachträglich durch die vom Herzen aus erfolgende Gegenwirkung (Reaction) um so höher über das bisherige Niveau zu erheben. So wird beispielsweise diejenige Hautpartie, auf welche ein Kältereiz einwirkt, zunächst bleich und kühl, weil infolge der wärmeentziehenden Kälteeinwirkung und infolge des hierdurch gegebenen Kältereizes die Gewebe und insonderheit die feineren Blutgefäße sich zusammenziehen, wodurch die Lichtung derselben und somit auch das Strombett der Blutgefäßbahnen verengert und der Blutgehalt der betreffenden Gegend verringert wird. Auf diesen feindlichen Angriff, der natürlich um so heftiger ist, je größer die einwirkende Kälte ist, bleibt jedoch der belebte Organismus die Antwort nicht schuldig, sondern er bemüht sich eifrigst, das entstandene (Temperatur-)Mißverhältnis wieder auszugleichen. Er schöpft aus der unversiegbaren Quelle seines Innern, und die erhöhte Herzthätigkeit ersetzt schnellmöglichst das Verlorengegangene und füllt die entstandene Lücke wieder aus. Dies geschieht um so schneller und ausgiebiger, und dafern die Lebenskraft nicht zu sehr darniederlag, auch in einem um so reichlicheren Maße, je schneller und heftiger die Einwirkung des Kältereizes war, sodaß nicht blos das Verlorengegangene, sondern auch noch ein bedeutender Ueberschuß erzeugt wird. Dieses Mehr bedeutet den Sieg des Organismus über den erlittenen Angriff. Die Haut wird lebhaft rot und wärmer als zuvor. Dies ist die Nach- oder

Rückwirkung der Kälteanwendung. Je stärker im Allgemeinen die Erstwirkung, desto intensiver die Nachwirkung. Je größer die Kälteeinwirkung, desto größer der nachträgliche Blutzufluß und die hierdurch gegebene Wärme. Schnee und Eis erzeugen daher nachträglich weit mehr Wärme als bloßes, kaltes Wasser. Sobald die Einwirkung der Kälte nur wenige Augenblicke unterbrochen wird, schießt auch das Blut mit verdoppelter Kraft in diejenigen Blutbahnen, deren Strombett bis dahin durch die Einwirkung der Kälte verengert war, und der Blutgehalt der Gewebe wird ein weit größerer als er ursprünglich, also vor der Anwendung der heftigen Kältereize, war. Wie leicht kann es aber geschehen und wie oft geschieht es thatsächlich, daß mit derartigen Ueberschlägen, infolge der verschiedenartigsten Anlässe kürzere oder längere Zeit ausgesetzt wird (da die Anwendung derselben ja vollständig in den Händen der Krankenpflege liegt), und nun durch das Uebermaß von Blut, welches infolge der energischen Gegenwirkung des Organismus mit großer Heftigkeit herzuströmt, positiven Schaden und üble, das Leben bedrohende und sogar gefährdende Zufälle herbeigeführt werden, Zufälle, die ohne die Anwendung dieser extremen und brutalen Form der Kühlung nicht eingetreten sein würden, da sie durch die ärztliche Behandlung, oder besser gesagt, Mißhandlung erst künstlich erzeugt worden sind. Werden dagegen die Eisüberschläge ununterbrochen und zwar längere Zeit angewendet, so entsteht an Ort und Stelle gleich direct, d. h. infolge der ersten Einwirkung des Eises eine Ueberreizung der Nerven der betreffenden Körperpartieen und demzufolge eine dem Grade dieser Ueberreizung entsprechende Erschlaffung und Erschöpfung. Diese Erschöpfung und Erschlaffung trifft nun aber gerade diejenigen Organe, die Nerven, deren Lebensthätigkeit nicht erschlafft und nicht erschöpft sein darf, wenn die Natur den Heilungsproceß erfolgversprechend einleiten und erfolgreich zu Ende führen soll.

Was nun die eigentlich rationelle Behandlung der Gehirnentzündung seitens des combinierten Naturheilverfahrens betrifft, so fragt die Naturheilkunde nicht darnach, ob die harten oder weichen Gehirnhäute oder ob die Gehirnsubstanz selbst entzündet ist. Sie thut dies aber nicht blos deshalb, weil, wie wir weiter oben bei der Besprechung der „Erkennungsmerkmale der Krankheiten des Gehirns und Rückenmarks“ gesehen haben, die verschiedenartigsten Gehirnsymptome keineswegs einen sicheren Beweis für eine directe Erkrankung des Gehirns liefern, sondern weil die Behandlungsweise, die sie in diesem Falle einleitet, für jede entzündliche Krankheit des Kopfes und des Schädelinhalts geeignet und erfolgversprechend ist.

Alle ableitenden und entzündungswidrigen Mittel müssen so schnell und so durchgreifend als möglich angewendet werden; hiermit ist für den Sachkundigen der Charakter aller seiner hydropathischen und diätetischen Maßnahmen ebenso genau als erschöpfend bezeichnet. Das ableitende und entzündungswidrige Verfahren ist hier unerläßlich notwendig, weil dasselbe in jeder Beziehung am erfolgversprechendsten ist. Die Kapitel über

das ableitende und entzündungswidrige Verfahren und über reizlose und kühlende Diät geben hierüber ausführliche Belehrung.

Kaum bei irgend einer anderen Krankheit zeigt sich so auffallend die souveräne Wirkung des kalten Wassers wie bei Gehirnentzündungen, und wo bereits jedes andere „Heilmittel" ohne Wirkung blieb und jede Hoffnung auf Wiederherstellung verschwunden schien, da gelingt es noch mit Hilfe des Wasserheilverfahrens, Heilung zu erzielen.

Die ununterbrochene Anwendung von kalten (aber wie wir weiter oben sahen, nicht Eis-) Ueberschlägen, die im Wechsel beständig durch frische ersetzt werden, und die Einhüllung des Kranken (bis an den Hals) in feuchte Leintücher, der reichliche Genuß von frischem Brunnenwasser, von frischem Obst, von saurer Milch oder Buttermilch, oder säuerlichen, mit Wasser vermischten Fruchtsäften; die häufige Anwendung kalter Klystiere sind geradezu unerläßliche Anwendungsformen des Wasser- und Diätheilverfahrens, wenn man erfolgversprechend eingreifen will.

Daß bei einer Krankheit, wo die höchste Aufregung im Blutleben, trockene Haut, Verstopfung, spärlicher Harn u. s. w. hervorstechende Erscheinungen sind, die reichliche Einverleibung von frischem Wasser und die Anwendung kühler Klystiere außerordentlich heilsam einzuwirken vermögen, läßt sich gleich von vornherein erwarten, ganz abgesehen davon, daß es durch die Erfahrung im vollsten Umfange bestätigt wird.

Allgemeine feuchte Einhüllungen in nasse Leintücher leisten ganz besonders schnell die vortrefflichsten Dienste in allen denjenigen Fällen, wo irgend eine Erkrankung des Hautorgans nach innen „zurückgetreten" oder „zurückgeschlagen" ist, wie der Volksmund sich sehr treffend ausdrückt, also z. B. bei dem Scharlach, den Masern, den Pocken, dem Rotlauf (Rose), dem Flecktyphus; aber nicht blos bei akuten (hitzigen), sondern auch bei chronischen Hauteffectionen, z. B. bei stark nässenden, skrofulösen oder auch nichtskrofulösen Leiden der Haut.

Bei hochgradigen Fällen, wie sie beispielsweise infolge heftiger und tiefgehender Gemütserregungen, übermäßiger Geistesanstrengungen, bei Milchverhaltung der Kindbetterinnen, infolge hoher Hitze- (Sonnenstich) oder Kälteeinwirkung auftreten können, ebenso in denjenigen Fällen, wo Verletzungen des Kopfes (Schädelbrüche) oder Gehirnerschütterungen die Entstehungsursache bilden, sind örtliche kalte Ueberschläge auf den Kopf unerläßlich notwendig und müssen auch, wenn der Kranke gebadet wird, während des Bades angewendet werden, indem man dieselben dadurch oft erneuert, daß man ein Glas voll kaltes Wasser auf den Umschlag gießt. In hochgradigen Fällen ist überhaupt das Halbbad von abgeschrecktem Wasser angezeigt, welches man noch durch kalte Uebergießungen solange verstärkt, bis sich der Kopf des Patienten kalt anfühlt und der Blutumlauf und vor allen Dingen die Blutverteilung eine regelmäßigere geworden ist. Dies wird am besten durch jene mechanischen Manipulationen erreicht, welche in der Naturheilkunde in allen denjenigen Fällen

eine so große Rolle spielen, wo eine fehlerhafte, das Leben bedrohende Blutverteilung stattfindet (also z. B. bei allen entzündlichen Krankheiten innerer, edler Organe, Gehirn, Lunge, Herz u. s. w.). Keine andere Heilweise hat ein Mittel oder eine Maßnahme aufzuweisen, die auch nur entfernt Aehnliches zu leisten vermöchte als ein regelrechtes und kräftiges Streichen und Reiben der Gliedmaßen, wodurch der Blutumlauf und die Saftbewegung in dem Unterhautzellengewebe in hohem Maße begünstigt und beschleunigt wird. Auch im gegebenen Falle sind die Gliedmaßen des Patienten (ebenso wie bei Typhus, Lungenentzündung 2c.) während des kühlen Halbbades ausgiebig zu massieren (s. d. Art.). Nach dem kühlen Halbbade wird der Kranke sofort wieder in feuchte Leintücher eingehüllt, um ihn in Schweiß zu bringen, was nach Umständen nur durch wiederholtes Einhüllen erreicht wird. Bei hochgradiger Entzündung ist das kühle Halbbad noch durch oft wiederholte kalte Uebergießungen zu unterstützen. Muß das Halbbad längere Zeit angewendet werden, bevor die Hitze nachläßt, so muß, wie in allen anderen ähnlichen Fällen ein Teil des erwärmten Badewassers ausgeschöpft und kaltes Wasser zugegossen werden. Sobald der Kopf kühl geworden ist und die übrigen Symptome nachgelassen haben, beginnt man mit der Einhüllung.

Das Trinken von kaltem, frischem Wasser, beziehentlich Einflößen desselben, darf auf keinen Fall versäumt werden, da es in jeder Beziehung von heilsamster Wirkung ist, und darf man nicht etwa warten, bis der Kranke darnach verlangt, denn bei diesem Leiden ist sein Bewußtsein mehr oder weniger benommen und er verlangt selbst dann nicht nach frischem Wasser, wenn die Heftigkeit der Erscheinungen eine innerliche Erfrischung und Abkühlung als größtes Bedürfnis erscheinen lassen. Sobald es ihm aber gereicht wird oder man die Lippen damit berührt, trinkt er mit größter Begierde davon.

Mäßige Verdunkelung des ruhigen, abgelegenen Krankenzimmers. Erhöhung des Kopfes des Patienten. Zimmerluft möglichst kühl. Die Fenster müssen im Sommer immer, also auch während der Bäder, offen gehalten werden; im Winter darf die Temperatur nicht mehr als 8—10° R. betragen. Wenig Sprechen. Die Diät leicht, reizlos und kühl (Buttermilch, saure Milch, Limonaden, säuerliche Beerenfrüchte, säuerliches Obst). Im Stadium der Reconvalescenz keine großen Anstrengungen, weder geistig noch körperlich. Verhütung der Einwirkung directer Sonnenstrahlen auf den Kopf. Ist es bereits zu Ausschwitzungen gekommen, so sind erregende Umschläge (s. d. Art.) angezeigt, damit das Exsudat zur Schmelzung und Auffaugung gelangt.

Entzündung der harten Hirnhaut. Selbe entsteht meist durch Einwirkungen, die einen krankhaften Reiz auf die harte Hirnhaut ausüben, wie: Schläge auf den Kopf, mit oder ohne Bruch der Schädelknochen, bei Knochenfraß benachbarter Knochen, als Folgezustand bei Lungen-, Rippenfell- und Herzbeutelentzündung, hitzigem Gelenkrheumatismus; ferner im höheren Alter, bei Geisteskranken und Säufern.

Die Krankheit läßt sich nur vermuten, wenn nach einer Verletzung des Schädels, bei Ausflüssen aus dem inneren Ohre, bei Knochenfraß der Kopfknochen 2c. sich heftige Kopfschmerzen in der Umgebung des kranken Teiles einstellen und im Uebrigen das Bild einer Hirnhautentzündung vorliegt.

Behandlung siehe Gehirnentzündung.

Hirn- und Hirnhautgeschwülste. Hierunter begreift man alle unter dem Namen Gehirngeschwülste im Schädelraume sich entwickelnde Neubildungen, z. B. Tuberkelbildung (rundliche, graue oder gelbe, harte, käsige oder bröckliche, erbsen- bis hühnereigroße Wucherung). Gewöhnlich Begleiterscheinung bei Lungen- oder Lymphdrüsenkrankheiten.

Sichere Diagnose fast nie möglich. Allmähliches Wachstum der Erscheinungen. Anfänglich Kopfschmerz, Schwindel, Bewußtseinsschwäche, taumelnder Gang, Unbesinnlichkeit, Schlafsucht, Ameisenlaufen, Ziehen in den Gliedern, epileptische oder veitstanzähnliche Anfälle, weiterhin Erbrechen, Zuckungen, Lähmungen, zu große oder geringe Hautempfindlichkeit 2c., in der Regel Verstopfung sind die bezeichnenden Erscheinungen bei obiger Krankheit.

Behandlung. Vermeidung aller aufregenden Getränke, leicht verdauliche Kost, Bekämpfung der Verstopfung durch Klystiere. Im Allgemeinen ist aber in allen Fällen, wo das Vorhandensein von Geschwülsten im Gehirn oder von Neubildungen der verschiedensten Art auch nur vermutet werden darf, eine Regenerationskur (s. d. Art.) angezeigt, und wo Syphilis (s. d. Art.) als wahrscheinliche Entstehungsursache vorliegt, speciell die Schroth'sche Kur (s. d. Art.: „Naturheilverfahren") zu empfehlen. Jedes hierbei anzuwendende Kurverfahren hat also die Aufgabe, durch die energische Ausscheidung aller fremdartigen Krankheitsstoffe die Säftemischung zu verbessern, beziehentlich zu regenerieren und alsdann den Körper zu kräftigen, insonderheit aber durch Nichteinverleibung von Arzneistoffen und durch eine vernünftige, naturgemäße Gesundheitspflege die Entstehung von unreinen, reizenden und krankhaften Säften und die krankhafte Anhäufung von Blut in einzelnen Organen und Ueberfüllung derselben mit Blut zu verhüten.

Hirnhöhlenwassersucht (hitziger Wasserkopf). Dieselbe besteht in einem Erguß von Blutwasser (Serum) in die Gehirnhöhlen, meist bedingt durch eine Entzündung der die untere Fläche des Gehirns überkleidenden Hirnhautpartie. Gesellt sich oft zur Lungen-Tuberkulose (Schwindsucht. Am häufigsten ist sie bei Kindern vom 2.—7. Jahre. Anlässe: skrofulöse, mangelhafte und fehlerhafte Ernährung der Kinder in den ersten Jahren, feuchte, nicht sonnenhafte Wohnungen, langwierige Diarrhöen, Keuchhusten 2c.

Charakter schleichend. Vorboten: bleiches und welkes Ansehen, allgemeine Abmagerung, Reizbarkeit, unruhiger Schlaf, Knirschen mit den Zähnen im Schlafe, wechselnder Appetit, bald Verstopfung, bald Durchfall, öfteres Erbrechen beim Aufrichten. Bluttemperatur bei der tuberkulösen Form erhöht, bei der gewöhnlichen Form mäßig gesteigert. Untrügliche

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Merkmale der Krankheit: sichsteigernde Schlummersucht, abwechselnd mit Fantasieren, heftige Kopfschmerzen, große Haut-, Gesichts- und Gehörempfindlichkeit, hartnäckige Verstopfung mit Einsinken des Unterleibes, stieren Blick, Schielen, Zusammenziehung der Genickmuskeln, Zuckungen und Krämpfe in den Muskeln; Atem langsam, aussetzend, Puls verringt (häufig nur 40--50 Schläge). Verlauf: 12--36 Stunden, bei langsamen Fällen 2—3 Wochen.

Die Behandlung hat Alles auszuschließen, was einen schädlichen inneren oder äußeren Reiz auf das Gehirn auszuüben vermag, während die den chronischen Fällen angehörigen Erscheinungen die Behandlung erfahren müssen, wie sie die allgemeine Diätetik vorschreibt. Nur die entzündlichen (akuten) Fälle ermöglichen eine direct auf das Gehirn einwirkende Behandlung, bei allen übrigen chronisch-entzündlichen Fällen beschränkt sich die Behandlung, wie bereits erwähnt, auf diätetische Maßnahmen. Siehe außerdem den Abschnitt Gehirnentzündung.

Hirnödem (Wassersucht der Hirnsubstanz). Ein wässriger Erguß in die Gehirnsubstanz selbst, also zwischen die Nervenfasern desselben; ist keine selbständige, sondern nur eine Folgekrankheit. Ursachen: andauernde Störungen der Blutcirculation.

In milderen Fällen ist Schlafsucht, Fantasieren, allgemeine Schwäche des Empfindungs- und Bewegungsvermögens, in schweren Fällen erloschenes Bewußtsein, verlangsamtes und schnarchendes Atmen, Erweiterung der Pupillen, erschlaffte Muskulatur, sowie Schlummersucht vorhanden. Die Diagnose ist oft zweifelhaft.

Behandlung siehe Gehirnentzündung.

Hirnschlagfluß (blutiger Gehirnschlag). Diese Erkrankung besteht in der Zerreißung einer Hirnader mit nachfolgendem Bluterguß in die Hirnhöhlen oder die Hirnsubstanz. Anlässe: entweder starker Blutandrang nach oder Blutstauungen in dem Gehirn (s. Blutüberfüllung des Gehirns), oder Verknöcherung, sowie sonstige Entartung (Verfettung) der Aderwände kleinerer Gehirnblutgefäße, die ihre Elasticität verlieren, brüchig werden und leicht zerreißen. Bei einem solchen Zustande der Blutgefäße sind alle Anlässe, die Blutandrang oder Blutstauungen hervorrufen, sorgfältig zu vermeiden.

Vorboten sind Ohrensausen, Kopfschmerz, Schwindel, Flimmern vor den Augen, schwere Sprache, schmerzhafte Muskelzusammenziehung. Der Hirnschlagfluß tritt plötzlich auf: der Patient taumelt, sinkt und stürzt zu Boden, die Sinne schwinden, Bewußtsein, Gefühl und Bewegung ist nicht mehr vorhanden, Puls bis auf die Hälfte der Schläge (30—35 die Minute) verlangsamt; ebenso der Atem, der dabei schnarchend und röchelnd ist, Pupillen verengert, nicht selten Erbrechen und unwillkürliche Stuhlentleerung. Dauer oft nur Secunden oder Minuten, aber auch Stunden, selbst einen Tag, im letzteren Falle meist mit tödlichem Ausgang. Bewußtsein kehrt nur allmählich zurück. Heftigkeit und Nachwirkung des Hirnschlagflusses ist von der Menge und Oertlichkeit des Blutergusses im Gehirn abhängig und kann unter Umständen der Tod sofort erfolgen.

Manchmal bleibt das Bewußtsein erhalten, doch entstehen halbseitige Körper- und Zungenlähmungen, und zwar derjenigen Seite, die der kranken Gehirnhälfte entgegengesetzt ist. Betreffen die Blutergüsse beide Gehirnhälften (was selten geschieht), so sind auch die Lähmungen doppelseitig. In den gelähmten Gliedern stellen sich zeitweilig Schmerzen und Zuckungen ein, am deutlichsten sichtbar am Gaumenzäpfchen, das nach der gelähmten Seite hinhängt, an der Zunge und den zum Munde gehenden Muskeln. Der betreffende Mundwinkel hängt herab, der Patient fühlt nur die Hälfte eines an den Mund gebrachten Glases, so daß er es für zerbrochen hält, beißt sich auch leicht in die gelähmte Seite der Zunge, weil er es nicht fühlt, wenn dieselbe zwischen die Zähne gerät 2c. Nach einigen Tagen treten besondere Erscheinungen der Gegenwirkung des Körpers auf, z. B. Kopfschmerz, Unruhe, Beschleunigung des Pulses, fieberhafter Zustand, Schlummersucht, Fantasieren. Der erste Anfall ist in der Regel nicht tödlich, sondern der dritte oder vierte. Länger gelähmte Teile magern ab und sind immer etwas kühler als die nichtgelähmten.

Behandlung. Gehörige Lagerung des Patienten, Entfernung aller beengenden Kleidungsstücke, kalte Umschläge auf den Kopf, bis die erhöhte Temperatur desselben nachläßt, oder aber der Kopf und das Gesicht bleich wird. Klystiere, Abreibungen des Körpers, besonders der Arme und Beine. Bei alten und schwächlichen Personen, wo Gesicht und Haut kühl und naß oder mit klebrigem Schweiße bedeckt ist: erregende Maßnahmen (Hautreize, besonders der Fußsohlen — Bürsten derselben —, erregende Klystiere). Im Allgemeinen kommt es darauf an, einen ruhigen, regelrechten Blutumlauf herbeizuführen und die gesteigerte Herzthätigkeit, sowie den Blutandrang nach dem Kopfe zu mäßigen.

Hirnschlagadern, Verstopfung derselben. Dieselbe entsteht durch Blutgerinnsel oder andere krankhafte Produkte, die sich entweder (die ersteren) an Ort und Stelle bilden oder (die letzteren) aus entfernteren Körperteilen (Herz, Lunge) bis in das Gehirn geschwemmt werden.

Die Krankheit hat Aehnlichkeit mit dem Hirnschlagfluß, doch ohne die Vorboten des Schwindels, Kopfschmerzes 2c. Stirbt der Kranke nicht beim Anfalle, so wiederholt sich derselbe gewöhnlich in einigen Tagen, dann zu schnellem Tode führend. Kommt meistens bei jüngeren Leuten vom 10.— 30. Jahre vor, die an Herzentzündung, Herzklappenfehlern oder Lungenkrankheit leiden.

Behandlung siehe: Entzündung der Hirnsubstanz.

Hirnschwund. Ein zu kleines Gehirn, ist entweder angeboren (Mikrocephalie — Kleinhirn) oder es bildet sich weiterhin ein Schwund (Atrophie) aus. Ursachen: Wasserkopf und Hirnhautentzündung, erschöpfende Krankheiten der Niere und des Darmkanals.

Bei angeborener Kleinheit des Gehirns hat der Schädel ein Viertel der natürlichen Größe. Geistige Entwickelung ist mangelhaft, ebenso körperliches Wachstum; Muskeln schwach, Sehkraft geschwächt, oft ist Schielen vorhanden. Epileptische Anfälle sind gewöhnlich. — Der erworbene

Hirnschwund entwickelt sich langsam, tritt gewöhnlich nur bei Greisen auf, ist begleitet von Gedächtnisschwäche, Geschwätzigkeit, Schlaflosigkeit, Muskelzittern, Abschwächung von Gesicht und Gehör.

Soweit dieses Leiden einer Behandlung zugänglich ist, ist das stärkende, schwach erregende Verfahren in Anwendung zu bringen und sind etwaige schädliche Einwirkungen zu beseitigen.

Hirnsubstanz, krankhaftes Wachstum derselben (Gehirnhyperthrophie). Diese Krankheit besteht in einer übermäßigen Wucherung des die Nervenelemente des Gehirns verbindenden Gewebes. Sie kommt nur selten vor, entwickelt sich meist nach der Geburt. Hirn und Schädel ähnlich wie beim Wasserkopf. Kinder mit skrofulösen Anlagen oder an englischer Krankheit leidend, sind dazu am meisten disponiert.

Der Kopf ist dabei unverhältnismäßig groß, doch fehlen alle Störungen seitens des Gehirns. Gewöhnlich werden die Patienten früh reif, besitzen sogar hohe geistige Fähigkeiten (Engelskinder). In der Mehrzahl der Fälle stellen sich jedoch allmählich Muskelkrämpfe ein, auch Kopfschmerz, Erbrechen, Verstopfung, Verfall der geistigen Kräfte.

Behandlung. Ausschließlich Pflanzenkost, Vermeidung von erhitzenden und aufregenden Getränken und von übermäßigen, geistigen und körperlichen Anstrengungen.

Hirnsubstanz, Entzündung derselben (Hirnerweichung). Die Entzündung der Hirnsubstanz mit folgender Erweichung breitet sich nie über das ganze Gehirn aus, sondern tritt immer nur in einzelnen Herden von Erbsen- bis Wallnußgröße auf.

Form: fieberhaft oder schleichend (chronisch). Vorboten: lähmungsartige Schwäche, Taubheit oder auch Ameisenlaufen in den Gliedern, die sich bis zu Lähmungen oder andauernden Muskelzusammenziehungen (Contracturen) steigern können. Allmählicher Verfall der geistigen Fähigkeiten. Auch kommen bisweilen Tobsuchtanfälle, Muskelzuckungen und -krämpfe, schlagflußartige Zufälle nebenbei vor. Diagnose unsicher, da auch die Verstopfung der Hirnschlagadern durch Blutgerinnsel oder andere pathologische Producte gleiche Erscheinungen hervorrufen.

Behandlung. Bei entzündlichem, fieberhaftem Charakter kühle Umschläge auf den Kopf und ableitendes Verfahren: Fußpackungen, Einhüllungen des Unterkörpers; ganz besonders angezeigt: Neptunsgürtel, außerdem Halb- und Ganzpackungen, kühle Klystiere. Absolut reizlose Diät (körperlich und geistig). Obst, Brot und Milch ist vollauf hinreichend. — Bei der schleichenden (chronischen) Form, die nicht selten durch unüberwindliche Hindernisse in den Blutbahnen (Verstopfung der Hirnschlagadern durch Blutgerinnsel) verursacht wird, ist die erwähnte, absolut reizlose Diät, nebst Verhütung von körperlichen, geistigen und Gemütsaufregungen, nebst milder Ableitung (Neptunsgürtel, Klystiere) und der reichliche Genuß von Obst und Fruchtsäften aller Art, mit Wasser vermischt (Limonaden), angezeigt. Hauptsache: Vorbeuge, Vermeidung des

Mißbrauchs geistiger Getränke, geschlechtlicher Excesse, geistiger Ueberanstrengungen und heftiger Gemütsaufregungen.

Hitzblattern, s. Hautausschläge.

Hitze des Körpers. Nicht selten werden Menschen, die völlig gesund sind, von einer inneren Hitze des Körpers geplagt, die ihnen die Sonnenwärme und im Winter die heiße Stubenluft unerträglich macht. Diesen ist vor allen Dingen der reichliche innerliche und äußerliche Gebrauch des Wassers zu empfehlen und zwar des kalten Wassers, und verweisen wir hier nur auf die weiter unten im Artikel „Wasser" nachgewiesene Wirksamkeit des Wassers.

Hodenentzündung. Eine sehr gewöhnliche Begleiterscheinung des Trippers, besonders, wenn man den hierbei vorhandenen, eitrig-schleimigen Ausfluß aus der Harnröhre durch zusammenziehende (adstringierende) Einspritzungen (wie z. B. durch Zincum sulphuricum – schwefelsaures Zink, oder durch Tannin 2c.) zu „stopfen" sucht. Es kann die in Rede stehende Krankheit jedoch auch durch mechanische Verletzungen (z. B. übermäßiges und unvorsichtiges Reiten) und durch Erkältungen veranlaßt werden.

Es ist hierbei das gegen Entzündung (s. d. Art.) im allgemeinen vorgeschlagene Verfahren durch Anwendung des kalten Wassers in Form von Bädern, Umschlägen 2c. insbesondere aber das beim Tripper (s. d. Art.) speciell angegebene Verfahren anzuwenden, welches dieses Leiden schnell und leicht hebt. Als Beleg hierfür diene ein von Krause mitgeteilter Fall. Ein Mann von 22 Jahren bekam nach einer dreiwöchentlichen Behandlung eines akuten (hitzigen, frischen) Trippers, der fast ganz geheilt erschien, infolge eines anstrengenden Spazierganges in den Bergen eine heftige Hodenentzündung. Die Schmerzen mehrten sich rasch und stiegen zu bedeutender Heftigkeit, die Leistendrüsen waren sehr schmerzhaft und angeschwollen. Nach einem viertelstündigen Sitzbade in abgeschrecktem Wasser (20—15° R.) wurde der Kranke in ein nasses Leintuch geschlagen, das vom Halse bis an das Knie reichte; dabei wurde die Leistengegend und die Hoden noch besonders mit wenig ausgerungenen, kalten Ueberschlägen versehen, die wie die feuchten Leintücher frisch gewechselt wurden, sobald sie warm geworden waren. Im Laufe des Abends und der Nacht wurden diese Leintücher viermal gewechselt, dann wurde der Kranke in die wollene Decke gewickelt, in welcher er solange liegen blieb, bis der Körper stark dunstete. Alsdann wurde er in abgeschrecktem Wasser unter kräftigem Frottieren abgewaschen und am Morgen wieder zweimal in nasse Leintücher geschlagen, die man zweimal erneuerte. Als der Körper dunstete, wurde in abgeschrecktem Wasser gebadet und nach vollständiger Erwärmung ein abgeschrecktes Sitzbad von einer halben Stunde genommen. Die Entzündung war vollkommen gewichen, doch wiederholte man der Sicherheit wegen das Verfahren am Nachmittag noch einmal.

Hodengeschwulst. Die Beseitigung derselben erfordert möglichste Ruhe, Rücken- oder Seitenlage und spärliche Diät. Beim Beginne kann durch

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Einschlagen des Rumpfes in nasse Leintücher, durch Schwitzen und oft zuwechselnde Umschläge zuweilen Zerteilung herbeigeführt werden. Später müssen die Umschläge erwärmender Art sein, der Kranke muß häufig schwitzen und die äußerlichen Wasseranwendungsformen dürfen nur sehr gelind sein.

Hodengicht. Es kommt nicht selten vor, daß Gichtkranke infolge irgend einer mittelbaren oder unmittelbaren Erregung der Geschlechtsteile oder einer längere Zeit hindurch dauernden Reizung der Geschlechtsteile Hodengicht bekommen, was besonders bei Männern vorkommt, deren Geschlechtsteile durch Ausschweifungen sehr geschwächt sind. Die Hoden schwellen an und ein ziemlich heftiger Schmerz nötigt den Kranken, das Bett aufzusuchen. Ruhiges Verhalten im Bett, Leibumschläge und Umschläge auf die Geschlechtsteile, welche so oft sie warm werden, zu wechseln sind, heben das Uebel oft in wenigen Tagen und bisweilen noch eher. Zeigt sich Entzündung, so müssen feuchte Ganzeinhüllungen (oder von den Achselhöhlen bis zum Knie) gemacht werden und unter diesen feuchten Einhüllungen die Geschlechtsteile noch besonders mit feuchten Ueberschlägen bedacht werden. Wer dieses Uebel zu fürchten hat, hüte sich soviel als möglich vor Anlässen zur Reizung des Geschlechtstriebes, bade und wasche die Geschlechtsteile häufig und wende, sobald er den geringsten Schmerz darin empfindet, Umschläge und ruhiges Verhalten an.

Homöopathie. Es ist hier nicht der Ort, uns ausführlicher über die Homöopathie zu verbreiten. Wir pflichten dem bei, was einer der ersten Vorkämpfer des Naturheilverfahrens (Rausse) darüber gesagt hat. Was Rausse (eigentlich Franke) in seinem Werkchen: „Der Geist der Gräfenberger Wasserkur" u. A. über die Allopathie sagt, ist, abgesehen von offenbaren Uebertreibungen, ganz vortrefflich. Er sagt: Die Allopathie vermag wenig oder gar nichts gegen chronische Krankheiten. Nur zu lindern verspricht sie. Ihre Hauptwirksamkeit bezieht sich auf die akuten (fieberhaften), besonders entzündlichen, sowie auf ansteckende Geschwürskrankheiten. Die acuten Krankheiten heilt sie dadurch, daß sie an deren Stelle ein chronisches Siechtum, oder eine chronische Herabstimmung des ganzen Organismus setzt; solches bewirkt sie durch Medicamente und früher auch zugleich durch Blutentziehungen. Nämlich jede akute Krankheit ist ein Heilversuch einer kräftigen Natur, um ein in den Körper eingedrungenes feindseliges Princip zu besiegen. Wenn der Organismus fühlt, daß er nicht imstande ist, auf normale Weise einen feindlichen Andrang abzuwehren, so steigert er durch das Fieber oder die Entzündung seine Kraft und Thätigkeit zu einer abnormen Höhe. Diese Steigerung ist keine Krankheit, sondern ein Heilversuch. Allerdings kann dieser den Tod bringen, anstatt Heilung, wenn statt der Behandlung mit Wasser, wonach schon der Instinct eines solchen Kranken auf's entschiedenste verlangt, ihm eine zweckwidrige Diät aufgezwungen wird, besonders, wenn Medicin und Blutentziehungen angewendet werden. Sobald der kämpfende Organismus mit den letzteren störenden und zerstörenden Eingriffen miß-

handelt wird, legt sich die sichtbare Wut der Krankheit, es verschwinden die Symptome, welche aber gerade die wahren Heilmittel der Natur sind, und es erfolgt entweder der Tod aus Schwächung, oder aus demselben Grunde das Ablassen des Körpers vom Heilversuche. Somit ergiebt sich der Organismus sozusagen in sein Elend, die Krankheitsstoffe, welche er durch Fieber und Entzündung ausstoßen wollte, in sich zu beherbergen; das chronische Siechtum oder die chronische Herabstimmung des Körpers ist nun vollendet. Nicht nur die ursprünglichen Krankheitsstoffe sind auf diese Weise im Innern festgebannt und bewirken das latente (verborgene) und symptomlose Siechtum, sondern es sind auch die Medicingifte neu hinzugekommen. Das nennt die Allopathie heilen — aber ist das heilen? Es ist verderben; lieber akut sterben, als chronisch siechen oder sterben.

Die Allopathie in ihrer gänzlichen Unkenntnis der Natur und der Ursachen der Krankheiten hält die Symptome, besonders das Fieber und die Entzündung für die Krankheit selbst, statt daß die Naturheilkunde diese Symptome als wichtige Bundesgenossen jeder wirklichen Heilung erkannt hat und mit ihrer Hilfe kritischen, stinkenden Schweiß odere andere kritische Ausleerungen, Ausschläge und Geschwüre hervorbringt, welche die Krankheitsursachen aus dem Körper abladen. Es ist keine Heilung möglich ohne diese in die Sinne fallenden Entleerungen der Krankheitsstoffe. Wenn eine akute Krankheit aufhört, ohne daß jene Entleerungen erfolgen, so ist entschieden gewiß, daß der Körper nicht geheilt, sondern dem chronischen Siechtum überliefert ist.

„Gegen Syphilis und Krätze hat die Allopathie ihre specifischen Mittel, was aber richtet sie denn damit aus, die alte Heilmutter? Entweder sie drängt ganz pfuscherhaft durch äußere Aetzung, oder durch innerlich gegebene, übergroße Dosen (Gaben) das Krankheitsgift in den Körper zurück, wo es in schrecklicher Umarmung festgehalten wird vom Medicingift, so festgebannt im Innersten, daß der Organismus fortan nicht fähig ist, das äußere Symptom zu bilden, d. h. nicht fähig ist, zu versuchen, ob er die ganze Krankheit auf die Haut werfen könne. Unverständige Aerzte halten es für ein sicheres Zeichen der Heilung bei diesen Geschwürskrankheiten, wenn das Symptom infolge von blos innerlich angewendeten Mitteln verschwindet; das ist Täuschung. Wenn die Gaben (Dosen) Medicin zu stark und häufig gegeben werden, wirken sie so lähmend und störend auf den ganzen Körper, daß derselbe nicht mehr die Kraft hat, das Symptom (also die Krankheitszeichen und Krankheitserscheinungen, z. B. einen Hautausschlag) zu unterhalten und noch viel weniger, sie noch zu heilen. Dann ist das innerste, schwefelgelbe oder merkurialgraue (queckſilbergraue) Siechtum für immer in dem unglücklichen Körper aufgepflanzt wie eine Fahne in einer verwüsteten Festung. Keine Allopathie, keine Homöopathie vermag von diesem Elende zu befreien — nur die Hydropathie (also im gegenwärtigen Sinne, das Naturheilverfahren) kann dies Schwerste.“

„Bei chronischen Leiden, die gewöhnlich im Herbste oder im Frühjahre

den allarmierenden Charakter akuter Kämpfe annehmen, können die Aerzte wieder etwas, nämlich beschwichtigen, die Schmerzen lindern, d. h. den erneuten Naturversuch zur Heilung auf's neue in Schlaf lullen oder ihm die Hände knebeln, dem Rebellen. Diese Schmerzen entstehen aus dem Sichaufraffen der Natur gegen den Krankheitstyrann. Solche akute Anfälle in chronischen Leiden würden ohne die Dazwischenkunft der Aerzte, wenn nicht geheilt, doch genützt haben, indem sie etwas von dem Krankheitsstoffe ausgestoßen hätten. Das ärztliche Beschwichtigen eines Leidens ist also ein Zähermachen desselben."

Ferner: Die Ursachen der Körperkrankheiten sind körperliche Stoffe (niemals bloße Verstimmungen), von denen der behaftete Organismus nur dadurch befreit werden kann, daß sie hinausgestoßen werden, nicht dadurch, daß sie durch chemische Mittel neutralisiert werden. Deshalb kann keine Medicin etwas heilen. Es ist unmöglich, daß die Medicin die Krankheitsstoffe chemisch vernichten kann, weil es unmöglich ist, mit der Medicin den ganzen Körper so durchzulaugen, daß sie alle versteckten Krankheitsatome erreicht; ehe dies geschähe, wäre der ganze Organismus vernichtet.

„Die Heilmethode der Natur besteht also darin, daß sie jedem Organismus die Kraft verliehen hat, die in ihn eingedrungenen oder sich in ihm gebildet habenden feindseligen Stoffe auszustoßen. Jede Heilweise der Kunst muß genau nach demselben System verfahren und hat deshalb zweierlei Pflichten: Erstens dem Organismus zu helfen, wenn der Ausscheidungsproceß sich zum abnormen Kampfe steigert (akute Krankheit) und zweitens, ihn aufzustacheln (Gräfenberger Krisen) zu diesem Kampfe, wenn er davon ermüdet war und sich ins Siechtum ergeben hatte (chronisches Leiden), gewiß auch dann im erneuerten Kampfe ihm beizustehen.

„Die Homöopathie scheint dies alles wenigstens zu fühlen, wenn auch nicht zu wissen. Ihre Erfolge verdankt sie allein der Heilkraft der Natur, die sich erst dann ganz entwickelt, wenn sie von allopathischer Mißhandlung befreit ist. Diese Allopathie aber hat gar keine Consequenz; bald versucht sie es mit allopathisch wirkenden Mitteln, bald mit homöopathischen (z. B. Quecksilber gegen Syphilis, Chinin gegen Wechselfieber), bald mit chirurgischen. In den meisten Fällen ist sie ihrem Namen getreu und dann besteht ihre Wirksamkeit darin, daß sie den abnormen Heilungskampf eines Organismus (die akute Krankheit) aufhebt durch Schwächung des Organismus, und somit die akute Krankheit in chronisches Siechtum oder chronische Schwäche verwandelt."

Wir können also als feststehend betrachten, daß gerade die Homöopathie ganz unfreiwillig dazu beigetragen hat, der Naturheilkraft zu ihrem Rechte zu verhelfen und der die Naturheilkraft unterstützenden Naturheilkunde Bahn zu brechen.

Rausse sagt: Das Princip der Homöopathie „similia similibus" macht dem Scharfsinne des Entdeckers alle Ehre; ob aber die Decillionteilchen irgend eine Wirkung haben, das ist noch immer unentschieden;

nur ein decillionmal potenzierter Glaube kann Vertrauen haben zu einem Decillionteile."

Sehr richtig sagt auch Dr. Munde: „Hahnemann bewies, ohne daß er es selbst wollte, durch seine bis in nichts verdünnten Gaben, daß bei den meisten Krankheiten Arznei gar nicht nötig, und eine passende, reizlose Diät, verbunden mit einem ruhigen Verhalten, gewöhnlich hinreichend sei, um gesund zu werden. Durch die ängstliche Sorgfalt, mit der er seinen Kranken alle Reizmittel verbot, bewies er aber auch zugleich, wieviel bisher durch die in Form von Arznei den Kranken gegebenen Reizmittel geschadet worden und auf welchen Irrwegen die gesamte Medicin mit ihren großen Gaben und ihrer Bereitwilligkeit, für Geld und gute Worte Recepte zu schreiben, sich befunden hatte."

„Ich maße mir kein Urteil über den Wert oder Unwert der homöopathischen Arzneigaben oder über das ganze System an, allein, wenn auch, was die Allopathen sagen, wahr wäre, daß es unmöglich ist, daß so kleine Arzneigaben eine Wirkung auf den Organismus äußern können, so würde sich die Homöopathie doch unsterbliche Verdienste dadurch erworben haben, daß sie das alte, turmhohe, aus Flaschen, Büchsen und Schachteln aufgeführte und mit Latwergen zusammengeklebte, morsche Gebäude in seinen Grundvesten erschütterte und der gesamten Menschheit einen Wink gab, der ihm auf seiner Hut zu sein gebot. Sind aber nach der Meinung der Allopathen die Streupülverchen ihrer Gegner Charlatanerie und unfähig, eine Heilung zu bewirken, so beweisen die vielen glücklichen Heilungen, welche homöopathische Aerzte vollbringen und die ihnen nicht abzusprechen sind, daß die Natur in allen diesen Fällen keine Hilfe brauchte, mithin der größere Teil der Aerzte und neun Zehntel der Apotheker überflüssig sind."

Wie dem auch sei, soviel bleibt richtig, daß, wenn Hahnemann nicht vorgearbeit hätte, die Stimme der Wasserärzte Oertel, Prießnitz und Hahn, nebst vielen Anderen nach ihnen, ungehört verhallt wäre.

Hornpocken, s. Pocken, unechte.

Hospitalfieber, s. Nervenfieber.

Hüftweh (Ischias). Bei diesem Leiden verbreitet sich der Schmerz von der Hinterbacke herab über die hintere Fläche des Oberschenkels bis etwa zur Hälfte oder auch am Wadenbein herab, bis zur Haut des Fußrückens, der Ferse, des Randes und der kleinen Zehe. Selten tritt er an der Vorderfläche des Oberschenkels auf.

Es treten aufblitzende, auf- und abfahrende Schmerzen, vom unteren Teil des Gesäßes ausstrahlend, mit Unterbrechungen und einem Gefühle von Starr- und Steifsein des Schenkels auf. Die Anfälle, durch leise Berührung hervorgerufen, finden meist abends und nachts statt. Begleiterscheinungen sind Wadenkrämpfe, Kreuz- und Magenschmerzen, Erbrechen. Der Verlauf unterscheidet das Hüftweh von der Entzündung des Lendenmuskels und von der Hüftgelenkentzündung (s. diese).

Bei der Behandlung ist absolute Ruhe und Wärme die Haupt-

bedingung (warme Bäder und Einpackungen). Siehe auch unter: Nervenschmerzen.

Das Hüftweh kann gichtischer oder aber rheumatischer Natur sein, unter Umständen allerdings auch ein wirklicher Nervenschmerz in den diesbezüglichen Nerven sein (Coxalgie). In den beiden ersten Fällen leisten Schwitzen und kalte Fußbäder vortreffliche Dienste, auch thut die Douche oft schnelle Wirkung. Rührt das Hüftweh insbesondere von der Gicht her, so wird es durch Umschläge und kalte Fußbäder erstaunlich leicht beseitigt. Es sind Fälle in der Literatur verzeichnet, mit denen sich Aerzte monatelang vergebliche Mühe gegeben hatten, und doch wurden diese Fälle durch ein kaltes Fußbad mit nachfolgender zweistündiger Ruhe im Bett so vollkommen beseitigt, daß der Kranke keine Spur mehr davon fühlte. bei nervösem Hüftweh handelt es sich um Stärkung, wobei besonders Sitzbäder und kalte Uebergießungen, ebenso wie Schneeabreibungen sehr wirksam sind. Nicht selten ist es eine Folge skrofulöser Anlage und erfordert dann die für die Skrofeln (s. d. Art.) vorgeschriebene Behandlungsweise.

Ein interessanter Bericht über Heilung von Ischias wurde in Nr. 3 1889 meiner Zeitschrift „Der Natur- und Volksarzt" veröffentlicht und lautet derselbe wie folgt:

„Als ich am 1. October v. J. meine Stellung als Naturarzt in der Naturheilanstalt Grochlitz aufgegeben und mich behufs Ausübung der Naturheilmethode in Apolda niedergelassen hatte, war einer meiner ersten Patienten, zu dem ich gerufen wurde, Herr C., ein Herr von 63 Jahren. Derselbe lag im Bett und berichtete mir auf meine Frage etwa folgendes: Vergangenen Sommer, als ich im Bade (Wiesbaden u. s. w.) war, bekam ich öfters rheumatische Schmerzen, welche aber in kurzer Zeit wieder verschwanden, sodaß ich mich, als ich wieder zurückgekehrt war, recht wohl und gekräftigt fühlte. Allein nach kurzer Zeit stellte sich wieder, anfangs gelinder Schmerz, von der linken Hüfte ausgehend, ein. Nach und nach nahm der Schmerz an Heftigkeit zu, sodaß ich jetzt bereits zwei Wochen das Bett hüten muß. Die meisten Schmerzen habe ich im Rücken, am oder im Hüftgelenk, nach den Oberschenkeln zu ausstrahlend. Dieselben sind so heftig, daß ich mich nur mit Anstrengung, das Bein aber gar nicht bewegen kann. Der Hausarzt erklärt es für Ischias. Ich bin auf die Schädlichkeit der Medicinbehandlung aufmerksam geworden, möchte demnach weder etwas einnehmen, noch einreiben. Würden Sie bei Anwendung der Naturheilmethode Heilung versprechen können, und in welcher Weise würde das geschehen? Nachdem ich dem Herrn C. die Vorzüge der naturgemäßen, arzneilosen Behandlungsweise gegenüber der Medicinbehandlung erklärt und die in diesem Falle zur Anwendung kommenden Naturheilmittel mitgeteilt, schienen demselben die zu treffenden Maßnahmen zu umfangreich zu sein, worauf ich dieselben damit begründete, daß nach der Naturheilkunde diese, sowie alle anderen Krankheiten, nicht als ein örtliches, sondern als ein allgemeines Leiden betrachtet würden. Mag diese Krankheit auch noch so örtlich erscheinen und das Allgemeinbefinden

ein noch so gutes sein, so wird doch die Entzündung des Hüftnerves durch Circulations- und Stoffwechselstörung entstanden und nun bei Berücksichtigung dieser und aller anderen aus dem Wege zu schaffenden Krankheitsursachen eine schnelle und sichere Heilung nur dann zu ermöglichen sein, wenn der ganze Körper in Behandlung genommen wird. Nach längeren Erläuterungen in diesem Sinne wurde ich mit dem Bemerken entlassen: ich will mir's überlegen.

Schon den nächsten Tag, 3. Oktober, früh 7 Uhr, wurde ich wieder zu Herrn C. befohlen, wo er mir mitteilte, daß er entschlossen sei, eine Kur aufzunehmen. Es wurde nun unverzüglich zu einem Bettdampfbad (sogenanntes Flaschendampfbad) geschritten. Der Patient mochte sich vielleicht eine Viertelstunde des angenehmen, gelinden Dampfbades erfreuen, ich hatte mich, um alle auftretenden Erscheinungen beobachten zu können, an das Fußende des Bettes gesetzt, als der langjährige Hausarzt, Herr Dr. St., in das Zimmer geleitet wurde. Nun, wie gehts? war seine erste Frage. — Ich bin eingepackt! — Eingepackt? — Bis oben heran. — Bis oben heran? frug der Arzt verwundert, nahm aber dabei eine Miene an, woraus der Patient ersehen konnte, daß er einen großen Fehler begangen. Es ist keine Packung, sondern ein Dampfbad, wurde ihm zurückgegeben. — Was heißt Dampfbad? — Es sind Steinflaschen in Dampfapparate verwandelt; und alle anderen Details wurden dem Herrn Doctor erklärt. Allein er schien das alles nicht zu verstehen, faßte jedoch den Sinn auf und sagte: Ja es ist ganz gut, hätten Sie gleich anfangs welche genommen, so würde es gar nicht so weit gekommen sein. Nehmen Sie nur drei solche Bäder hintereinander, so wird es schon gut werden. Reiben Sie sich nach jedem mit einem Flanellappen ab, damit Sie sich „nicht erkälten". Auf ausdrücklichen Wunsch des Patienten sollte der Hausarzt seine Besuche fortsetzen. Nach dem Dampfbad wurde eine Abwaschung vorgenommen, und zwar die gesunden Körperteile mit 20grädigem, die schmerzende Stelle mit 28 grädigem Wasser. Dem Patienten war die Procedur gut bekommen, er fühlte sich recht leicht, obwohl die Schmerzen weder ab- noch zugenommen hatten. Am Abend wurde eine 22 grädige Leib- und eine 18 grädige Beinpackung angelegt, welche bis früh liegen blieb. Nach dem Abnehmen folgte eine ebensolche Abreibung wie nach dem Dampfbade. Es wurde zugleich auch Massage angewendet, welche anfangs aus leisem Aufwärtsstreichen bestand; nach einigen Tagen wurde auch sanftes Kneten und Klopfen angewendet. Die tägliche Behandlung bestand nun in den ersten acht Tagen aus einem Dampfbad oder Packung (sodaß auf zwei Packungen immer ein Dampfbad kam) und zweimaliger Massage, nachts wurde eine Leib- und Beinpackung gemacht. In den Packungen ließ der Schmerz nach, der Schlaf war gut, das Allgemeinbefinden ein sehr befriedigendes. Nach acht Tagen war aber wenig Besserung eingetreten. Der Patient war unruhig geworden, das Geschäft wartete seiner, und die Heilung ging viel zu langsam vorwärts. Der Hausarzt hatte eine Mischung von Chinin und Jod

verschrieben, welche bei der Massage eingerieben werden sollte, wozu ich mich aber nicht bewegen ließ. Er hatte nämlich herausgefunden, woran es lag, an der Massage und Wasserbehandlung. Bezüglich der Massage hatte er sehr „verständlich" gesagt: „Wenn man eine Wunde, eine entzündete Stelle hat, so greift, drückt und knetet man dieselbe nicht, sondern läßt sie in Ruhe. Da nun bei Ihnen eine Nervenscheideentzündung vorliegt, so ist auch hier die Massage ganz und gar nicht angebracht." Und obwohl wir die täglichen Packungen und Dampfbäder bis auf drei reduciert hatten, so meinte er doch, die Wasserbehandlung sei zu viel, sei überhaupt nicht überall angewendet, die Nerven würden zu sehr gereizt, Patient sei zu alt u. s. w.; kurz, suchte das Naturheilverfahren in Mißcredit zu bringen, was ihm beinahe gelungen wäre. Da erschien zufällig Herr Professor D. med. Sch. aus Jena, welcher mit der bisherigen Kur einverstanden und in meiner Gegenwart etwa folgendes über dieselbe sagte: „Es ist nach meiner langjährigen Erfahrung das Beste, was wir in Bezug auf Heilung dieser Krankheit kennen, alles Andere ist nutzlos oder hat untergeordneten Wert. Fahren Sie nur so fort, haben Sie Geduld, denn es ist eine langwierige Krankheit, die sich nicht in kurzer Zeit, noch vielweniger auf einmal beseitigen läßt, aber durch diese Behandlungsweise immer noch am schnellsten geheilt wird." In der Massage wünschte er eine kleine Aenderung, indem bei dem Streichen nicht mehr das ganze Bein, sondern nur der erkrankte Nerv (durch Streichen mit den Daumen) zu massieren sei. Gleichzeitig empfahl er auch die passiven Bewegungen, welche sogleich mit vorgenommen werden sollten. Ich bemerkte, daß ich es noch zu früh zu solchen Uebungen gehalten, worauf ich den Bescheid bekam, daß sei auch nicht Sache des Laien, dieser habe nur auszuführen, was der Arzt verordnet. Hier hatte der Herr Professor vergessen, daß ich der Verordner des bisherigen Verfahrens war, welches soeben von ihm als richtig, gut und als das beste bezeichnet worden war. Er verabschiedete sich von mir sehr wohlwollend und empfahl, die Medicin von Dr. St. nicht anzuwenden, denn sie nütze nichts. Der Patient hatte wieder Mut bekommen und die Kur wurde in der früheren Weise fortgesetzt. Mit zunehmender Besserung wurden die kranken Teile kühler gewaschen. Die Massage wurde nun nach Professor Sch.'s Verordnung ausgeführt, aber die passiven Bewegungen mußten unterlassen werden, da dieselben die Schmerzen wieder vermehrten. Nun wünschte der Patient, daß ich nur nach meiner Art handeln solle. Der Hausarzt hatte, nachdem er Prof. Sch.'s Meinung über den Patienten gehört, seine Besuche eingestellt. Ein Luft- und Bewegungsfeind war nun meinem redlichen Bestreben, den Patienten bald gesund zu machen, nicht mehr entgegen. Sein letzter Rat war, ja recht vorsichtig zu sein und hübsch im Bett zu bleiben, damit er sich nicht erkälte; das Gegenteil von dem, was die Naturheilkunde gebot: immer offenes Fenster, frische, reine Luft, möglichst baldiges Verlassen des Bettes, mit täglich zunehmender Bewegung. Waren die ersten Gehversuche nach vierwöchentlichem Krankenlager auch wenig be-

friedigend ausgefallen, so wurden sie doch täglich mit immer größerem Erfolg wiederholt. Als der Patient den ersten Gang in's Freie machte, mußte er schon wieder umkehren, ehe er einige hundert Schritte zurückgelegt hatte; die heftigen Schmerzen zwangen ihn dazu; aber am nächsten Tage ging es eine doppelte Strecke, bis sich Schmerzen einstellten; dieselben wichen aber schnell, wenn der Patient das Bett aufsuchte oder während der nächtlichen Packung. An einem sehr schönen Novembertage fuhr der Patient, warm eingepackt, vier Stunden spazieren. Durch den langen Aufenthalt in der frischen, reinen Luft war der Patient sehr gekräftigt und aufgeheitert, sodaß die tägliche mehrstündige Spazierfahrt mit in den Kurplan aufgenommen wurde. Der Sitz der Krankheit war jetzt nicht mehr Hüfte und Oberschenkel, sondern die Entzündung hatte den Hauptnerv verlassen und war auf die Verästelung desselben übergegangen. Weniger heftige Schmerzen waren jetzt im Knie, an der Wade, am Schienbein, später am Fuß vorhanden. Der Patient sagte, die Krankheit geht unten hinaus. Da die Krankheit in den schwachen Nervenästen nicht viel Boden fand, so wich dieselbe der jetzt ausgedehnten, in allen Formen angewendeten Massage in kurzer Zeit. Es wurden nun Dampfbäder oder Packungen wöchentlich höchstens zwei gemacht. Ich bekam auf jede Frage nach dem Befinden: „gut, sehr gut", zu hören; „spüre gar nichts mehr". Er hatte einen Probespaziergang von mehr als einer Stunde gemacht, wo keinerlei Schmerzen aufgetreten waren, im Gegenteil, neue Kraft und Jugendfrische war eingezogen, die er sofort wieder zu verwerten wußte, indem er, nach genau sechswöchentlicher Kur, wieder früh der erste und abends der letzte im Kontor, Fabrik und Lager war. Einen neuen Freund hat das Naturheilverfahren dadurch gewonnen, und gebührt ihr gerade hier die Siegespalme, obwohl ein hiesiger Arzt, Dr. med. Sch., der gelegentlich bei Erkrankung des Dienstmädchens, das derselbe als Krankenkassenarzt in Behandlung hatte, nach Erkundigung über das Befinden des Herrn C. äußerte: „er hätte die Wasserkur gemacht, und wenn er gar nichts gemacht hätte, so wäre er jetzt auch wieder gesund."

Robert Müller, Naturarzt in Apolda.

Hühneraugen (Leichdornen). Diese durch langanhaltenden Druck zu enger Fußbekleidung entstandene Hautverhärtung, an der sich eine Wurzel bildet, die sich zuweilen tief bis in das Zellgewebe und selbst bis auf die Knochen erstreckt, kann oft sehr leicht geheilt werden dadurch, daß man enge Stiefeln und Schuhe vermeidet, um dem leidenden Teile Ruhe zu geben. Außerdem bringt man in eine einzulegende weiche Sohle (Kork 2c.) oder in das Futter des Oberleders eine entsprechende Vertiefung an, welche den Leichdorn aufnimmt. Letzteren schneidet man nach einem zu nehmenden warmen Fußbade etwas aus, oder schabt ihn mit einem stumpfen Messer etwas ab und bedeckt ihn während der Nacht mit einem feuchten Umschlage. Niemals darf das Ausschneiden bis in die Tiefe vorgenommen werden, da sonst heftige Entzündungen entstehen können. Bei tiefer eingewurzelten Leichdornen kann man vor dem Schlafengehen etwas feuchten

Charpie auf das Hühnerauge befestigen. Nach einiger Zeit wird dasselbe alsdann spröd und löst sich soweit von der Haut ab, daß man es herausheben und lostrennen kann.

Während des Gebrauches einer Wasserkur verlieren sich die Hühneraugen gewöhnlich vollständig.

Hundswut. Die Hundswut oder Wasserscheu, jene schreckliche, durch den Biß toller Tiere, namentlich der Hunde und Katzen, erzeugte Krankheit besteht in einer krampfhaften Zusammenziehung der Schlundmuskeln (Schlundkrämpfe), wodurch das Hinabschlucken von Flüssigkeiten unmöglich gemacht wird und zugleich bei dem heftigsten Durste ein solcher Abscheu gegen alle Getränke und besonders gegen das Wasser vorhanden ist, daß jeder Versuch zum Trinken allgemeine Convulsionen und Anfälle von Wut herbeiführt.

Sämtliche bis jetzt gegen dieses fürchterliche Uebel versuchte, zahllose Heilmittel müssen als absolut unzulänglich betrachtet werden. Auch hier scheint es dem Wasserheilverfahren vorbehalten zu sein, ein radicales Heilmittel zu liefern. Selbstverständlich bleibt es die höchste Aufgabe, dieser fürchterlichen Krankheit mit allen zu Gebote stehenden Mitteln, und die besten von diesen sind: eine pflegliche und naturgemäße Haltung der betreffenden Haustiere (besonders was das Durstbedürfnis angeketteter Hunde und deren Geschlechtstrieb betrifft), vorzubeugen.

Hat bereits eine Verwundung durch Biß eines wutkranken oder wutverdächtigen Tieres stattgefunden, so ist nichts so sicher als die Wunde möglichst kräftig auszusaugen, indem man zugleich mit der Hand oder den Fingern die Säfte in der nächsten Umgebung der Wunde nach derselben hindrückt und drängt, um das Ausbluten und Aussaugen derselben zu begünstigen. Ferner ist, wenn es auf frischer That geschehen kann, das Ausschneiden oder Ausbrennen der Wundfläche und eines Teiles der Umgebung geboten, weil sich das Gift schnell in die Säftemasse verbreitet.

Schon alte Aerzte haben das kalte Wasser als Heilmittel gegen die Wasserscheu empfohlen, wie denn bereits Celsius (einer der hervorragendsten Aerzte der alten Römer) das unerwartete Untertauchen unter Wasser als das einzige Rettungsmittel empfiehlt. Ebenso hat man Sturzbäder zu demselben Zwecke versucht. Brisson will den Nutzen der Dampfbäder an sich selbst und an vierzig Kranken erprobt haben, doch wurden alle diese Versuche von den neueren Aerzten als zwecklos verworfen.

Wir möchten jedoch das Dampfbad, wie bei allen Säftevergiftungen als das erfolgversprechendste Mittel obenanstellen, weil dasselbe gerade diejenigen Ausgangspforten allgemein und ausgiebig öffnet, nämlich die Millionen und Abermillionen von ausscheidenden Drüsenapparaten, durch welche, wie von anderweitigen Krankheiten her hinreichend bekannt ist, schädliche Krankheitsstoffe der verschiedensten Art am erfolgreichsten ausgeschieden werden.

Prießnitz nun erklärt die Wasserscheu für heilbar, obwohl er keine

Gelegenheit hatte, Menschen, die von dieser Krankheit befallen waren, zu behandeln, so liefern seine an tollen Hunden angestellten Versuche die unwiderleglichsten Beweise, daß man bei zweckmäßiger Behandlung mit Sicherheit auf eine Heilung zählen kann.

Die diesbezüglichen Versuche, wie sie Prießnitz dem bekannten Krause (Hydrotherapie von Krause) persönlich mitteilte, sind folgende:

„Er ließ einen Hund, an dem sich die ersten Spuren der Hundswut zeigten, so anbinden, daß er sich nicht loszureißen vermochte, und erwartete so den vollen Ausbruch der Krankheit, um durchaus keiner Täuschung über den Erfolg des Verfahrens, daß er anzuwenden beabsichtigte, unterworfen zu sein. Als alle Symptome der Hundswut unzweifelhaft eingetreten waren, begann er, das gefesselte Thier von Zeit zu Zeit aus großen Gefäßen mit kaltem Wasser zu überschütten. Die krampfhaften Anfälle steigerten sich, wie Prießnitz es erwartet hatte, auf eine furchtbare Höhe; nichtsdestoweniger fuhr er mit den zeitweiligen Begießungen fort, bis ein furchtbarer Schüttelfrost sich einstellte, dem, als er gewichen, bald ein merklicher Nachlaß in den krampfhaften Erscheinungen folgte. Das Tier wurde ruhig und lag sichtlich ermattet da, während reichlicher Schweiß von der aus dem offenen Rachen hängenden Zunge herabzufließen begann. Die Symptome der Tollheit waren vollständig gewichen. Das Thier wurde noch einige Zeit durch sorgfältiges Zudecken in diesem Zustande des Schwitzens erhalten, darauf demselben frische Milch vorgesetzt, die es begierig aufleckte. Nach nochmaligem Bade schmeckte demselben das vorgesetzte Fressen und das frische Wasser trefflich. — Er war wirklich geheilt! Wiederholte Versuche an anderen Hunden bestätigten vollkommen die bereits gemachte Erfahrung."

Aus diesem Erfolge geht, wie auch Krause richtig schließt, hervor, daß die früher schon versuchten kalten Begießungen die günstigsten Erfolge versprechen, wenn mit ihrer Anwendung nicht eher innegehalten wird, bis jener, schon bei Behandlung der Fieber und Entzündungen so wichtige Eintritt und Uebergang des Schüttelfrostes, dem hier wie dort ein merklicher Nachlaß der Krankheitserscheinungen auf dem Fuße folgt, stattgefunden hat. Wo freilich die Lebenskraft nicht ausreicht, diesen heftigen Sturm auszuhalten, darf man auch auf keine Heilung hoffen. Man darf sich jedoch durch die ungeheuere Steigerung aller Erscheinungen während dieser Periode des Durchbruches ja nicht irre leiten und zum Einstellen des begonnenen Verfahrens bestimmen lassen. Denn es ist der Uebergang in die wohlthätige, heilende Krise, die hier in Form eines reichlichen Schweißes erscheint und, wenn dieser Zeitpunkt erreicht wird, sichere Rettung bringt.

Nach glücklich besiegtem Anfalle hat eine angemessene Nachbehandlung mit kräftigem Schwitzen, Baden und Frottieren, Wassertrinken 2c. zu folgen, um die Grundursache, den Ansteckungsstoff, vollständig aus dem Körper zu schaffen.

Ebenso ist es geraten, nach der oben angedeuteten örtlichen Behandlung

frischer Bißwunden durch Ausschneiden ꝛc. erwärmende Umschläge aufzulegen und, um völlig sicher zu gehen, eine allgemeine Behandlung an die örtliche zu reihen, indem man den Gebissenen kräftig schwitzen, baden, reichlich Wasser trinken und Klystiere nehmen läßt; da nur auf solchem Wege die Verbreitung des Giftes im Körper verhütet und seine Ausscheidung zuverlässig bewirkt werden kann.

Die Behandlung eines von der Wut befallenen Hundes oder anderen Haustieres ist aus dem Vorstehenden ersichtlich. Bei Hunden, an denen die Wut bereits förmlich zum Ausbruche gekommen ist, möchte jedoch, um der Gefahr der Umgebung willen, immer am geratensten sein, sie aus der Welt zu schaffen und das Heilverfahren nur auf der Wut verdächtige Tiere zu beschränken.

Oertel sagt, wenn man einen Hund, bei dem man die Wut vermutet, gleich im Anfange der Krankheit in einem Fluß oder Teich mehrmals und zwar so lange untertaucht, bis man ihn wie tod oder ohnmächtig herauszieht, so kommt die Wut gar nicht zum Ausbruche.

Als einzig entscheidendes Zeichen dieser Krankheit ist beim Hunde die Lust, zu entfliehen und, ohne Unterschied, Menschen und Tier, vorzüglich aber Hunde, zu beißen, zu betrachten. Ein wütender Hund springt über Hecken, um auf der anderen Seite einen Hund oder Katze zu beißen; ein Beweis, daß er nicht verwirrt ist; ein anderer läuft geradeaus, indem er Alles, was ihm begegnet, beißt, von seinem Wege sich jedoch nicht wegwendet; ein dritter sitzt ruhig auf derselben Stelle und beißt teils in die Luft, teils in die nächsten Gegenstände, da ihn Lähmung, eins der ersten Zeichen der Krankheit, am Gehen verhindert. Zu den weiteren Merkmalen gehört, daß seine Eßlust nachläßt, er reizbar und falsch wird, sich schmeicheln läßt, aber plötzlich ohne alle Veranlassung schnappt und beißt. Seine Augen werden entzündet und seine Augenlider eitern. Sein Bellen verwandelt sich in Heulen, er wird unruhig, und es entsteht ein Verlangen in ihm, alles um ihn her zu benagen. Speichel fließt aus seinem Munde, und am 4. oder 5. Tage verendet er an Erschöpfung.

Gegen die Bißwunden eines Tieres durch einen tollen Hund empfiehlt Oertel bloß, die Wunde mit scharfem Salzwasser (was aber unstreitig frisches Wasser ebenso gut bewirkt) bis zum Heiß- und Rotwerden einzureiben und dem Tiere übermäßig viel frisches Wasser einzugießen, zugleich auch kalte Klystiere zu geben und das Alles mehrmals zu wiederholen. Es dürfte indeß immerhin geraten sein, beim Tiere ebenfalls die Wunde auszuschneiden, auszubrennen, oder auszuätzen.

Am besten wird die Hundswut verhütet, wenn man dem Hunde stets genug zu fressen und zu saufen giebt, und zwar weder faules, stinkendes Fleisch, Blut, Fett, noch unreines, stinkendes Wasser, vielmehr gesunde Speisen und im Sommer wenigstens zweimal täglich frisches Wasser, das man Winters auch nicht einfrieren lassen darf. Dabei hat man ihn fleißig zu waschen, zu bürsten und zu kämmen; lasse ihn Sommers oft in fließendem Wasser umherschwimmen und reibe ihn von oben

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

bis unten darin tüchtig ab; Winters reibe man ihn mit Schnee. Täglich reinige man seinen Stall und verwahre ihn jederzeit vor Hitze und Frost, Regen und Wettersturm; lasse ihn niemals der Sonnenhitze lange ausgesetzt sein, noch unter dem warmen Ofen liegen. Man reize ihn nie zu heftigem Zorn und verwehre ihm das Saufen nie, am allerwenigsten, sich um die Laufzeit zu begatten. Man verhüte, daß er viel umherlaufe, wo er sich mit anderen Hunden herumbeißen, und Schädliches fressen und saufen kann."

Husten. In den allermeisten Fällen ist der Husten nicht eine Krankheit für sich allein, sondern nur eine Begleiterscheinung verschiedener Affectionen (krankhafter Zustände) der Schleimhäute. Durch die mechanische Gewalt, mit welcher der Husten die auf die Oberfläche der Schleimhäute der Atmungsorgane abgesonderten Stoffe (Schleim, Eiter 2c.) auswirft, wird also beständig das verrichtet, was unbedigt notwendig ist, weil im andern Falle der Kranke an dem in den Atmungswegen sich angehäuft habenden Schleim oder Eiter ersticken würde. Dieses Bemühen der Naturheilkraft unterstützt man am wirksamsten durch Umschläge auf die Brust, oder durch Leibumschläge oder Rumpfpackungen, überhaupt durch Schwitzen und fleißiges Wassertrinken. Man muß jedoch nach jedesmaligem Schwitzen die Haut einer kräftigenden, kalten Abreibung unterwerfen, vorausgesetzt, daß es sich nicht um alte, chronische Lungenübel, wie Schwindsucht oder Auszehrung, handelt, da alles darauf ankommt, das durch irgendwelche Ursachen (Erkältung) aus den Blutbahnen der Haut nach den Schleimhäuten hingedrängte Blut (deshalb besteht nun auch eine hochgradige Production von Schleim und Eiter) wieder in die Blutbahnen der Haut zurückzuleiten. Wassertrinken hilft oft schon ganz allein, namentlich aber in Verbindung mit kühlen Waschungen der Brust. Namentlich wirkt diese Maßnahme bei kleinen Kindern oft überraschend schnell. Siehe außerdem den Artikel Katarrh.

Husten, blauer, s. Keuchhusten.

Hüttenkatze. Diese unter dem Namen Bleikolik bekannte Krankheit, verbunden mit häufigen Kolikschmerzen, hartnäckiger Verstopfung, Abmagerung, Krämpfen u. s. w., kommt bei Berg- und Hüttenarbeitern, bei Vergoldern, Schriftgießern und gewissen Metallarbeitern am häufigsten vor. Sie ist eine Folge der Einatmung metallischer Dünste und metallischen Staubes, also eine langsam einwirkende Metallvergiftung. Es muß hierbei ebenso wie beim Quecksilbersiechtum verfahren werden (s. d. Art.); vor allen Dingen ist es notwendig, den Kräftezustand der betreffenden Kranken zu heben.

Hydrotherapie, s. Wasserheilmethode.

Hydrotherapeutischer Apparat, hydrotherapeutisches Verfahren u. s. w., s. unter Wasserkur.

Hypochondrie. Diese Schwesterkrankheit der Hysterie (s. d. Art.) betrifft ausschließlich das männliche Geschlecht und beruht auf einer krankhaften Verstimmung des Nervensystems, verbunden mit einem krankhaften

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Zustande der Unterleibseingeweide und ist sehr häufig in Begleitschaft von Hämorrhoiden und Gicht zu finden. Sie charakterisiert sich durch Abgespanntheit und Unthätigkeit der daran Leidenden bei allen Lebenszwecken und ebenso durch Verdrossenheit, Schüchternheit und Mutlosigkeit bei allem, was ihre Vorstellungskraft berührt; insonderheit aber auch durch Furcht vor einem obschwebenden Uebel und durch eine übertriebene Aengstlichkeit in allem, was ihre Gesundheit angeht. Jedem, auch noch so unbedeutenden Körperleiden schenken sie die kleinlichste Aufmerksamkeit und von ihrer eigenen Krankheit haben sie die düsterste Vorstellung. Nach jedem medicinischen Buche greifen sie ebenso begierig, als nach jedem ihnen angeratenen neuen Arzneimittel. Der Atmungsproceß geht bei Hypochondern langsam von statten.

Am häufigsten sind Leute von melancholischem Temperament, von ernstem, nachdenklichem Charakter der Hypochondrie unterworfen.

Von den Ursachen der Hypochondrie sind die häufigsten und einflußreichsten eine sitzende Lebensweise, häufiger und öfterer Genuß erhitzender, warmer und geistiger Getränke, Diätfehler, anhaltende, anstrengende geistige Arbeiten, Widerwärtigkeiten bei der Ausübung des Berufes, unbefriedigter Geschlechtstrieb oder aber Ausschweifungen im Geschlechtsgenusse, besonders Onanie, Schwelgerei u. dergl. m.

Der Name Hypochondrie deutet uns schon den Unterleib als Sitz der Krankheit an, besonders Leber und Milz, und im Uebrigen umfaßt derselbe alle jene abnormen und krankhaften Gefühle, welche einen mit diesem Leiden Behafteten beherrschen und die er hinsichtlich ihrer Bedeutung und ihrer Folgewirkungen beständig übertreibt.

Die Hypochondrie entsteht allmählich, das kindliche und das Greisenalter sind frei davon, beim weiblichen Geschlecht ist dieses Leiden sehr selten und zeigt sich alsdann gewöhnlich nach dem Aufhören der Periode. Menschen mit einem schlaffen, schwammigen Körper neigen mehr dazu, als solche mit straffer, fester Körperbeschaffenheit. Eine müßige, sitzende Lebensweise, besonders nach vorausgegangenem thätigem und bewegtem Leben, ebenso ein verfehlter Lebensberuf machen zu diesem Leiden geneigt.

Die materiellen, körperlichen Ursachen der Hypochondrie können gegeben sein durch Störungen in den Verdauungsorganen, durch die Einwirkung von längere Zeit hindurch genossener grober, schwerverdaulicher und blähender Kost, durch, wie bereits erwähnt, Beeinträchtigung oder aber übermäßige Befriedigung des Geschlechtstriebes, durch Samenfluß, Onanie, Herzfehler und, wie ebenfalls bereits erwähnt wurde, durch die längere Zeit hindurch gegebene Einwirkung seelischer Eindrücke niederdrückender Art.

Ganz charakteristisch für das in Rede stehende Leiden ist die hochgradige Aengstlichkeit, welche selbst bei sehr leichten Functionsstörungen der Körperorgane auftritt. Der Kranke grübelt alsdann Tag und Nacht über alle Möglichkeiten des Verlaufs einer vorhandenen Störung nach, schildert dieselben mit der größten Weitschweifigkeit, zieht nicht nur ver-

schiedene Aerzte, sondern auch anderweitige Personen zu Rate und studiert fleißig medicinische Bücher, um seiner Krankheit auf den Grund zu kommen. Die vorhandenen Beschwerden bestehen gewöhnlich in hoher Empfindlichkeit gegen Witterungseinflüsse, Druck und Vollsein in der Magengegend bei sonst gutem Appetite, Auftreibungen des Unterleibes, Stuhlverstopfungen, Blähungen, Sodbrennen, Erbrechen 2c. Die früher gesunde Gesichtsfarbe weicht weiterhin einem gelben und fahlen Aussehen.

Bei der Behandlung dieser Krankheit ist das höchste Gebot die Diät, die zu beobachtende sonstige Lebensordnung und die Einwirkung auf die Umgebung, wobei die Lebensgewohnheiten der Kranken auf das sorgfältigste berücksichtigt werden müssen. Eine vollständige Wasserkur, womöglich in Verbindung mit dem Atmen von reiner Bergluft, eine freundliche Umgebung der Natur, heitere Gesellschaft und das Ungewohnte der ganzen Lebensweise tragen natürlich wesentlich zu einem guten Erfolge bei, zumal, wenn das Leiden schon tiefer eingewurzelt ist. Die Erfolge sind wahrhaft überraschend und sie werden hier so augenfällig errungen, wie kaum bei irgend einem anderweitigen Leiden. Die Beispiele der glücklichsten Heilungen selbst bei sehr tief eingewurzelter Hypochondrie sind in allen Wasserheilanstalten in überaus zahlreichen Fällen zu beobachten.

Im Uebrigen wirkt die Anwendung des kalten Wassers auch ohne den Besuch einer diesbezüglichen Heilanstalt immer vorteilhaft auf ein durch Hypochondrie verstimmtes Nervensystem und verschafft zum mindesten wesentliche Erleichterung des Leidens. Wird dieselbe noch dadurch unterstützt, daß die Umgebung mit den Launen des Kranken Nachsicht übt und ihn zu erheitern sucht, daß der Kranke eine unterhaltende Lectüre wählt, sich viel Bewegung aller Art macht und da und dort — am besten daher durch Reisen — Zerstreuung sucht und eine angemessene Diät einhält, so reicht dies in den allermeisten Fällen zur vollständigen Heilung hin.

Die Diät soll kühl und leicht, jedoch mehr fest als flüssig sein und bei keinem anderweitigen Leiden ist es, wie hier, von so großem Einflusse, wenn genaues Maß eingehalten wird, aber weder zu wenig, noch zu viel. Der Hypochonder soll nie so wenig essen, daß er sich darnach auffallend schwach fühlt, aber auch nie so viel, daß er Beschwerden darnach empfindet. Das richtige Maß muß der körperliche Zustand bestimmen; der Kranke muß dieses Maß festzustellen suchen und dann fest dabei bleiben. Alle schwerverdaulichen, reizenden und blähenden Speisen müssen streng vermieden werden. Das Lager darf nicht zu weich sein und der Schlaf nicht zu lange dauern.

Die Hauptaufgabe der Kur ist es, das Nervensystem und die Unterleibsorgane zu kräftigen und die Functionen der letzteren zu beleben. Hierbei muß je nach den Umständen mit milderen oder kräftigeren Heilmaßnahmen begonnen und die Kur erst allmählich verstärkt werden. Sitzbäder von ½—1stündiger Dauer, unausgesetztes Tragen von erregenden Leibumschlägen (Neptunsgürtel), reichliches Trinken von frischem Wasser, häufiges Ausspülen des Mundes, Ganzwaschungen oder feuchte

Abreibungen mit brunnenfrischem Wasser, weiterhin Einhüllungen in feuchte Leintücher, um ein gelindes Schwitzen zu erzielen, Vollbäder neben mäßiger Anwendung des Regenbades (Douche), Klystiere und Fußbäder, neben vieler, jedoch nicht anstrengender Bewegung in der freien Luft, werden, wenn auch langsam, doch sicher zum erwünschten Ziele, d. h. zu gründlicher Heilung führen. Vor Uebertreibungen bei Anwendung der vorerwähnten Heilmaßnahmen soll hier ausdrücklich gewarnt werden, weil hierdurch die Heilung unmöglich gemacht oder zum mindesten verzögert wird. Immer gönne man dem Körper Zeit nach Ausführung der betr. Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens, um die erforderliche Gegenwirkung desselben (Reaction) vollbringen zu können und lasse es zu einem behaglichen Wärmegefühl kommen, bevor man die betreffende Anwendungsform einer Wasserkur wiederholt; deshalb erscheint es am zweckmäßigsten, daß nach Anwendung dieser oder jener Heilmaßnahme des Wasserheilverfahrens die erforderliche Körperbethätigung (z. B. Turnen, Reiten, Laufen, Bergsteigen 2c.) stattfindet; am Abend erfolge dann die geistige Unterhaltung und Zerstreuung; Theater, Concert, Gesellschaft, Unterhaltung, gewähren hier den größten Nutzen, im Gegensatze zu dem unthätigen, selbstbeschaulichen und durch beständige Grübeleien verkümmerten Leben des Hypochonders.

Hysterie. Wie die Hypochondrie ausschließlich, oder doch fast ganz ausschließlich dem männlichen Geschlechte eigentümlich ist, so ist die Hysterie, d. h. die Verstimmung des gesamten Nervensystems, sich herleitend von krankhaften Zuständen des weiblichen Systems, dem weiblichen Geschlecht eigen und bieten beide Leiden in ihren Erscheinungen viel Aehnliches. Die hysterische, also vom geschlechtlichen Systeme ausgehende Verstimmung der Nerven äußert sich besonders häufig in der Form von krampfartigen Zufällen, in Magenbeschwerden, Kopfschmerzen, Ohnmachten und großer nervöser Reizbarkeit. Die Störungen in dem Nervenleben der Hysterischen sind sehr vielgestaltig und zeigen sich nicht allein in einer gesteigerten Erregbarkeit der Nerven, sondern auch in Lähmungen der Empfindungs- und Bewegungsnerven, wobei jedoch derartige Zustände einem beständigen Wechsel unterworfen sind. Charakteristisch ist, daß die Hysterie ungleich häufiger bei Frauen und Mädchen der gut situirten Stände vorkommt, und besonders da häufig auftritt, wo ein sentimentales oder phantastisches Wesen bei einem müßigen, ehelosen Leben die Oberhand gewonnen hat. Andererseits findet sich aber die Hysterie besonders bei Frauen, die häufig geboren haben und dadurch, oder durch langes Stillen und übermäßige monatliche Blutverluste sehr geschwächt worden sind. Außerdem können Krankheiten der Geschlechtsorgane (z. B. katarrhalische Entzündungen der Schleimhäute der Scheide, also der weiße Fluß, Gebärmuttervorfälle, Gebärmutterblutungen, Onanie, geschlechtliche Enthaltsamkeit oder zu starker geschlechtlicher Reiz durch zu häufigen Beischlaf), Gram und Sorgen Krankheitsursachen der Hysterie sein. Fast ausnahmslos ist bei stärkeren Graden von Hysterie eine ausgesprochene Willenlosigkeit vorhanden;

außerdem aber machen sich, wie bereits erwähnt, alle möglichen Störungen in den Nervenfunctionen geltend und es sind die Nerven bald krankhaft überempfindlich, bald krankhaft unempfindlich. So ist beispielsweise häufig das Gefühl vorhanden, als ob ein schmerzender, brennender oder stechender Nagel am Scheitel in den Schädelknochen steckt (der sogen. hysterische Nagel Gebärmutternagel), oder als ob ein kalter, runder Gegenstand daselbst liegt (das hysterische Ei), oder als ob im Schlunde eine Kugel auf und abgeht (die hysterische Kugel), oder als ob ein Bissen im Schlunde stecken geblieben sei (der hysterische Bissen). Beide Erscheinungen beruhen auf krampfartigem Zusammenziehungen der Schlundmuskeln. Daneben treten abwechselnd Schmerzen in der Wirbelsäule und den Muskeln, Wadenkrämpfe, Ameisenlaufen, Heißhunger, Sodbrennen, Schmerz und Aufblähung des Magens, Erbrechen, Kolik, Empfindlichkeit und Aufblähung des Unterleibes auf und es vermehrt sich der Geschlechtstrieb oder er erlischt vollständig.

Neben den bei der Hypochondrie angegebenen Ursachen und den anderweitigen bereits erwähnten (sentimentale Erziehung, Vielesserei, Müßiggang, kinderlose Ehe, eheloser Stand, schwere und häufige Geburten, Gram und Kummer), kann die Hysterie auch angeerbt sein. Unmittelbare Veranlassungen zu hysterischen Anfällen geben daneben noch Gemütsaufregungen, übermäßige Regel, langes Aufbleiben, schwere Verdauungsstörungen, Stuhlverstopfung, Vollblütigkeit 2c.

Die Behandlung erfordert selbstredend vor allen Dingen die Beseitigung der nachteiligen Einflüsse; im Uebrigen ist sie dieselbe wie bei der Hypochondrie, wobei natürlich den Besonderheiten der weiblichen Constitution entsprechend Rechnung getragen werden muß.

Vor allen Dingen gilt es, durch Sitzbäder, Leibumschläge, Klystiere 2c. die Verdauungsthätigkeit der Unterleibsorgane zu kräftigen. Durch feuchte Einhüllungen des Körpers und Bäder muß die Thätigkeit der Haut befördert und das Nervensystem gekräftigt werden, jedoch muß gerade bei dem vorliegenden Leiden, bei welchem das Nervensystem durch viele Wochenbetten oder anderweitige, bereits weiter oben namhaft gemachte Anlässe geschwächt ist, immer nur mit den mildesten Anwendungsformen begonnen werden. Sind Störungen der Menstruation oder weißer Fluß zugleich vorhanden, so müssen die bei diesen Krankheiten angegebenen Maßnahmen Anwendung finden.

Die hysterischen Krämpfe, die gewöhnlich in Form von Lach- oder Weinkrämpfen auftreten, werden am erfolgreichsten durch Fußbäder und feuchtkühle Abreibungen der Fußsohlen, des Gesichts und der Herzgrube (Magengrube) behandelt, wobei die Kranken die Handflächen an einander reiben müssen. Dieser Behandlung weichen die Krämpfe meistens in wenigen Minuten. Hiernach ist der Patientin ein Klystier zu geben und alsdann, wenn es die Umstände erlauben, ein Sitzbad in abgeschrecktem Wasser, wobei zu gleicher Zeit kühlende Umschläge um den Kopf und, wenn nötig, auch um die Brust gemacht werden müssen. Können Sitzbäder nicht angewendet werden, so sind feuchte Einhüllungen anzuwenden

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

und nach gelindem Dunsten oder Schwitzen ein Halbbad von abgeschrecktem Wasser zu geben. Zur Verhütung von Rückfällen müssen öftere Fußbäder von 20—30 Minuten Dauer und Sitzbäder (40—60 Minuten) in abgeschrecktem Wasser und nachfolgenden feuchten Einhüllungen mit Halbbädern in abgeschrecktem Wasser noch eine Zeit lang fortgesetzt werden.

Hysterische Krämpfe, s. den vorhergehenden Artikel.

Impotenz. Man versteht darunter das männliche Unvermögen zur Begattung oder auch zur Zeugung. In den bei weitem meisten Fällen ist dies eine Folge von unwillkürlichen Samenergießungen; dieselben erfolgen nämlich in solchen Fällen eher, bevor das männliche Glied in die weiblichen Teile eingedrungen ist und es kommt in fortgeschrittenen Fällen dahin, daß die Kraft des Gliedes zur Erution (Steifwerden) vollständig schwindet. Zur Bekämpfung dieses schweren Leidens ist dieselbe Behandlung erforderlich, wie sie in dem Artikel über Pollutionen angegeben ist. Wenn nicht unüberwindliche, organische Fehler diesem Unvermögen zu Grunde liegen, z. B. vorgerücktes Alter, so bringt eine beharrlich durchgeführte angemessene Diät und die Vermeidung schädlicher Einflüsse (Onanie) mit der Stärkung des Nervensystems und überhaupt des Gesamtorganismus, neben der Anwendung milder Formen des Wasserheilverfahrens, am ehesten an das Ziel, zumal, wenn allzugroße körperliche und geistige Anstrengungen, leichte Erregbarkeit und Reizbarkeit oder Abspannung der Nerven, Fettleibigkeit, Phlegma, Mangel an Selbstvertrauen, den Beischlaf ausführen zu können (die sogen. moralische Impotenz), die Ursache sind.

In zahlreichen Fällen, d. h. bei Unverheirateten, bringt, wenn nicht eine allgemeine Abspannung des Nervensystems die Ursache ist, die Verheiratung schnelle und vollständige Heilung.

Straffe geistige und körperliche Disciplin sind eine Hauptbedingung für das Gelingen der Kur. Der Patient muß wieder Herr werden über die Lust und Unlust seines Körpers und über das durchbohrende Gefühl seiner Unwürdigkeit, über die tiefe Verstimmung, aus denen die nutzlosen Selbstquälereien hervorgehen, die fast ausnahmslos bei derartigen Kranken vorhanden sind und das Nervensystem immer mehr abschwächen und erschöpfen. Jede Art von Beschäftigung muß mit der Leistungsfähigkeit des Körpers rechnen; jede einseitige Lebensweise ist höchst schädlich, denn die gleichmäßige Bethätigung sämtlicher Körperkräfte bietet die beste Garantie für eine erfolgreiche Behandlung.

So müssen auch Turnen, Schwimmen, Spazierengehen und alle anderweitigen körperlichen Bethätigungen „kurgemäß" betrieben werden, aber immer muß hierbei die Belebung und Stärkung der Willenskraft im Auge behalten werden. Ausgiebige Atmung frischer Luft bei Tag und Nacht ist, wie bei allen Nervenleiden, wo Luft und Sonnenlicht die höchsten Heilfactoren bilden, unerläßlich notwendig.

Indigestion, s. Gastrischer Zustand.

Influenza, s. Grippe.

Insektenstiche. Gegen die Stiche von Insekten aller Art giebt es kein zweckmäßigeres Mittel als öfters zu erneuernde Umschläge von kaltem Wasser, welche die durch die Stiche verursachten Schmerzen und entzündlichen Anschwellungen sehr schnell heben, besonders wenn es gelingt, die zurückgelassenen Stachel der Wespen, Bienen 2c. herauszuziehen.

Irrereden, s. Delirium.

Juckbläschen werden wie Hautjucken (s. d. Art.) behandelt.

Kachexie. Mit diesem Worte bezeichnet man einen schlechten Ernährungszustand und eine üble Säftemischung des Körpers, wobei aus Mangel an Lebenskraft eine allgemeine Erschlaffung, schlechte Verdauung, verminderte Wärme, Kraft und Thätigkeit vorhanden sind. Die Haut derartiger Kranker ist blaß und gelb oder auch dunkel, das Weiße im Auge bläulich oder perlfarbig; auch ermüden derartige Kranke leicht, und die geringste Bewegung verursacht ihnen Atembeschwerden. Auch während des Schlafes treten leicht Beklemmungen auf, und der Harn zeigt sich weiß und trüb. Außer natürlicher, ererbter Anlage und organischen Leiden der der Verdauung dienenden Werkzeuge, z. B. des Magens, der Leber, der Gekrösdrüsen 2c. können als Ursachen lang andauernder Kummer, sitzende Lebensweise, reichlicher Genuß geistiger Getränke, Ausschweifungen und Siechtum, bedingt durch den längeren Gebrauch scharfstoffiger oder giftiger Arzneimittel, den in Rede stehenden Zustand herbeiführen.

Die Behandlung hat es lediglich mit einer Kräftigung des Gesamtorganismus und der dadurch herbeizuführenden Veränderung des fehlerhaften Mischungsverhältnisses zu thun. Wie wenig die allopathische Heilweise gegen diejenigen chronischen Leiden vermag, welche einen Zustand der „Kachexie" zu bedingen pflegen (z. B. Quecksilbervergiftung und überhaupt Arzneisiechtum), vermag, und welche glänzenden Erfolge dagegen das Naturheilverfahren, und zwar schon unter der ärztlichen Leitung von Prießnitz, des Begründers des Naturheilverfahrens, errungen hat, ist allgemein bekannt. Nur wenn die Lebenskraft bereits allzuweit gesunken und keiner Regeneration mehr fähig ist, schwindet die Aussicht auf Erfolg.

Da eine gründliche Heilung nur dann zu Stande kommen kann, wenn der Körper durch allmähliche Kräftigung dahin gelangt ist, das fehlerhafte Mischungsverhältnis in ein regelrechtes, normales umzuwandeln, so wird es leicht ersichtlich, daß der Weg zur Heilung in derartigen Fällen ein langwieriger ist. Eine leicht nährende, reizlose Diät ist die unerläßliche Vorbedingung, wenn man auf Erfolg rechnen will. Die Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens müssen dem Grade des Leidens möglichst genau angepaßt werden und sind derartige Kuren in vielen Fällen in einer Naturheilanstalt weit erfolgversprechender durchzuführen, als in der Behausung des Kranken.

Ist es gelungen, den Organismus zu kräftigen, so ist es an der Zeit, die Regenerationskur fortzusetzen, bis die Bereitung neuer Säfte eine regelrechte ist und überhaupt alle Functionen zur normalen Thätigkeit zurückgeführt sind.

Kalte Füße, s. unter Fußbäder.
Kalter Brand, s. Brand.
Kaltes Fieber, s. Wechselfieber.
Kaltes Wasser, s. Wasser.

Karbunkel, Karfunkel, Furunkel, Blutschwäre. Man bezeichnet mit diesen Ausdrücken eine entzündliche Geschwulst von der Größe einer Haselnuß oder einer Wallnuß, die in der Mitte erhaben, im Uebrigen von dunkelroter Farbe, hart und sehr schmerzhaft ist. Dieselbe tritt in den meisten Fällen in der Haut und häufig an mehreren oder selbst zahlreichen Stellen zugleich auf. Derselbe geht endgiltig, unter gewöhnlichen Verhältnissen aber sehr langsam in Eiterung über, wo sich alsdann die gewöhnlich in eine Spitze auslaufende Geschwulst öffnet und mit Blut vermischten Eiter entleert. Erst wenn der in der Tiefe sitzende Eiterstock entfernt ist, tritt vollständige Heilung ein. Das Wesen besteht in der Entzündung eines Haarbalges oder einer großen Talgdrüse. Wenn der Verlauf nicht, wie es gewöhnlich der Fall ist, ein gutartiger ist, so wird die Entzündung umfangreich und es bilden sich siebartige Oeffnungen in der Haut, aus welchen der Eiter hervordringt, während ein umfangreicher Eiterstock, d. h. ein Pfropf abgestorbener Gewebsfetzen, festsitzt. Man spricht alsdann von einem Karbunkel. Eine besondere Säftebeschaffenheit (allzuscharfe oder üppige Säfte), die Einwirkung heftiger Temperaturwechsel auf die Haut, die Nachwehen bei der Genesung von schweren Krankheiten, Ueberreizungen der Haut, z. B. durch mißbräuchliche Anwendung von Kaltwasserkuren und Seebädern, im Verlaufe der Zuckerharnruhr und bei Milzbrandvergiftung.

Anfänglich behandelt man Schwären erregend durch das Auflegen von feuchten Leinwandbäusch'chen (feuchte Wärme) die mit einem Stückchen Flanell oder anderweitigem wollenen Zeug bedeckt werden. Um die vor dem Aufbrechen nie fehlenden heftigen Schmerzen zu lindern und den Aufbruch zu befördern, sind ableitende Bäder (Fußbäder) und erregende Umschläge auf benachbarte und erwärmend beruhigende auf die leidenden Teile selbst anzuwenden. Die Natur besorgt das Oeffnen und Schließen der durch den Aufbruch entstehenden Wunde in vollkommenster Weise und ist keineswegs ein Tieferfressen des Eiters, noch sonst ein Nachteil zu befürchten, wenn die Behandlung eine vollständig naturgemäße ist und alle Salbenschmierereien und sonstigen Quacksalbereien unterbleiben.

Kardialgie, s. Magenkrampf.
Katamenien, s. Menstruation.

Katarrh. Dieser Krankheitszustand besteht in einem gewissen Grade eines entzündlichen Zustandes der Schleimhäute derjenigen Organe, welche mit Schleimhäuten ausgekleidet sind, wie die Atmungsorgane, der Verdauungsapparat, die Harn- und Geschlechtsorgane und die innere oder mittlere Abteilung des Gehörorganes. Am häufigsten sind die Katarrhe der Atmungswege, und zwar in erster Linie der Katarrh der Nasenschleimhaut (Schnupfen). Die Nasenhöhle ist die erste Abteilung der

Atmungswege. Damit das Blut lebenskräftig und zu allen seinen zahlreichen Ernährungs- und Absonderungsgeschäften geschickt bleibe, genügt es nicht, ihm frische aus den Nahrungsmitteln gezogene Nähr- und Bildungsstoffe zuzuführen, sondern es muß auch im ununterbrochenen Wechselverkehr mit der atmosphärischen Luft stehen. Einmal, damit gewisse Stoffe, welche für den Fortbestand des Lebens oder doch der Gesundheit verderblich sind, ausgeschieden und an die Luft gesetzt werden, sodann, damit der in der Atmungsluft enthaltene Sauerstoff in das Blut aufgenommen wird, um in diesem und in allen, auch den entlegensten Körperteilen seine wunderbaren Wirkungen zu entfalten. Diese Berührung des Blutes mit der atmosphärischen Luft geschieht durch den Atmungsapparat. Ein Rohr, die Luftröhre, setzt diesen, also die Lungen, mit der Außenwelt in Verbindung. Tritt auch die Luft nicht in unmittelbare Berührung mit dem Blute, so geht dennoch ein Austausch der luftförmigen Bestandteile des Blutes und des Sauerstoffes der Luft vor sich; durch die chemische Einwirkung des Sauerstoffes auf gewisse Bestandteile des Blutes ist die Quelle für die Körperwärme gegeben; außerdem finden noch unendlich zahlreiche Einwirkungen und Neubildungen von Blutbestandteilen statt, deren Umfang und außerordentliche Bedeutung wir bei der noch so mangelhaften Kenntnis dieser Vorgänge nur zu ahnen vermögen. Der Weg für die ein- und ausströmende Luft sind: die Nasenhöhle, der Kehlkopf und die Luftröhre. Durch die Mundhöhle („geschlossener Mund erhält gesund") vermögen wir nur zeitweilig, nicht auf die Dauer, ohne Nachteil zu atmen.

Die Brusthöhle, umgrenzt vom Brustteile des Rückgrats (den Brustwirbeln) an der Seite von den Rippen, vorn von den Rippenknorpeln und dem Brustbein, bildet dadurch, daß ihre beweglichen Teile durch die Atmungsmuskeln in Bewegung gesetzt und auf diese Weise der Raum der Brusthöhle bald vergrößert, bald verkleinert wird, eine Art von Blasebalg. In derselben sind zwei umfangreiche Organe von schwammigem Bau, die Lungen, aufgehängt, welche, den Bewegungen der Wandungen der Brusthöhle folgend, sich bei jedem Atemzuge ebenfalls erweitern und verengern. Die Spitzen der Lungen, das sind ihre obersten, stumpf abgerundeten Teile, ragen noch circa 1 cm über die erste Rippe hinauf, während nach unten, und zwar am hinteren Teile des Brustkorbes, die linke Lunge bis zur 9., die rechte bis zur 9.—10. Rippe und an der Seite bis zur 7. Rippe herabreicht. An der vorderen Seite reicht dieselbe dagegen rechterseits nur bis zur 6., linkerseits nur bis zur 4.–5. Rippe herab. Die linke Lunge zeigt unter ihrer Mitte einen tiefen Ausschnitt für die Spitze des Herzens, sodaß letztere zwischen der 5. und 6. Rippe unmittelbar unter der linken Brustwarze an der vorderen Brustwand anliegt, und infolge davon der Herzstoß an dieser Stelle am deutlichsten zu fühlen und in den meisten Fällen auch sichtbar ist. Infolge davon, daß das Herz vorzugsweise von der Mittellinie des Körpers nach links gelagert ist, ist die linke Lunge kleiner als die rechte und zerfällt in zwei Lungenklappen, während die rechte deren drei besitzt.

Das Gewebe, aus welchem die Lungen aufgebaut sind, ist schwammig und sehr elastisch und läßt sich deshalb in großem Umfange zusammendrücken. Die Luftröhre, die zunächst in zwei Hauptäste zerfällt, die zur rechten und linken Lunge führen, verästelt sich weiterhin in außerordentlich zahlreiche kleine und kleinste Aestchen, ganz nach der Art des Stieles einer Weintraube und ebenso, wie dort an den Endigungen der Verzweigungen runde, kugelförmige Anschwellungen sich finden, so auch hier; was dort die Beeren sind, sind hier die sogenannten Lungenbläschen, nur mit dem Unterschiede, daß die Lungenbläschen kleine Hohlräume bilden, die mit bloßem Auge kaum erkennbar sind. Ihre Wände sind mit einem reichen, außerordentlich feinen Netzwerk kleinster Aederchen austapeziert und dadurch, daß die Luft in diese kleinen Hohlräume aus- und einströmt, wird der Wechselverkehr zwischen atmosphärischer Luft und Blut ermöglicht, da die dünnen, glashellen Wände jener Aederchen sowohl dem Sauerstoff der Luft wie auch den gas- oder luftförmigen Bestandteilen des Blutes den Durchgang gestatten.

Sowohl die Lungen wie auch die ganze innere Oberfläche der Brusthöhle werden von einer außerordentlich feinen, durchsichtigen Membran (äußerst dünnem Häutchen) überkleidet, welches den durchaus unzutreffenden Namen Brustfell führt. Je nach dem Teile, welchen dasselbe überzieht, spricht man von einem Rippenfell und von einem Lungenfell.

In dem oberen Teile der Brusthöhle befindet sich ein offener, hohler Körper von zum Teil steifen, zum Teil gegeneinander beweglichen Wänden umgrenzt, der Kehlkopf genannt. Derselbe ist aus Knorpeln, Bändern, Muskeln, die, mehr oder weniger beweglich, mit einander verbunden sind, zusammengesetzt, und seine innere Oberfläche ist von einer Schleimhaut überkleidet. Außerdem sind zwei ziemlich starke Bänder in der Richtung von vorn nach hinten ausgespannt und zwar in horizontaler Richtung, sodaß ihre Ränder frei nach der Höhle des Kehlkopfes hervorspringen und aus sehr elastischem Gewebe bestehen. Die zwischen ihren sich zugekehrten freien Rändern befindliche, von vorn nach hinten verlaufende Oeffnung oder Spalte, die durch die Muskulatur des Kehlkopfes erweitert und verengert werden kann, ist die Stimmritze.

Der oberste Teil der Luftwege wird von der Rachenhöhle und den beiden Nasenhöhlen gebildet. Die beiden letzteren, an den Nasenlöchern beginnend, verlaufen von vorn nach hinten, sind von einer Scheidewand (Nasenscheidewand) vollständig von einander getrennt und mit einer außerordentlich gefäßreichen Schleimhaut bekleidet, welche beständig einen zähen, glashellen Schleim absondert. — Außerdem sind, an den Seitenwänden der Nasenhöhlen festsitzend, mehrere erkerartige Vorsprünge (die Nasenmuscheln) vorhanden. Dadurch wird die Oberfläche der Nasenhöhlen wesentlich vergrößert, zugleich aber auch der durch die Nasenlöcher eintretende Luftstrom vielfach gebrochen, sodaß er nicht direct nach hinten in die Rachenhöhle und durch den Kehlkopf in die Luftröhre und die Lungen gelangen kann. Das hat den großen Vorteil, daß der kalte Luftstrom

durch die mehrfachen Brechungen, welche derselbe erleidet, und wodurch er mit der, wie bereits erwähnt, außerordentlich blutgefäßreichen Nasenschleimhaut (die eben wegen ihres Gefäßreichtums eine hohe Temperatur besitzt) in Berührung kommt und in wohlthätigster Weise angewärmt wird. Hierdurch ist allein schon eine gesundheitsschädliche Einwirkung, die die directe Zufuhr von sehr kalter Luft zur Lunge in sich schließt, ferngehalten. Durch die starke Absonderung (Sekretion) von dunstförmigen und flüssigen Bestandteilen (Schleim 2c.) wird aber auch zugleich eine weitere Schädlichkeit, die allzugroße Trockenheit der eingeatmeten Luft, ausgeglichen, indem sich der Luftstrom dadurch, daß er über die feuchten Schleimhautflächen der Nasenhöhle hinstreicht, mehr oder weniger mit Wasserdunst sättigt, wobei auch die etwaigen fremden Beimengungen wie Staub, Ruß 2c. der Luft unschädlich gemacht werden, indem sie auf dem den Schleimhäuten aufliegenden Schleim haften und festgehalten werden. Die Nase ist daher der vollkommenste Wächter über die Beschaffenheit der in die Lunge einströmenden Luft. Durch die zahlreichen Faltungen der Nasenschleimhaut wird ihre Oberfläche sehr wesentlich vergrößert und bei ihrem außerordentlichen Blutgefäß reichtum auch zu einem stark absondernden Organe gemacht, welches im Stande ist, eine wirksame Ableitung zu bewirken, wenn anderweitige lebenswichtige und edle Organe, Lungen und Gehirn, Augen und Kehlkopf unter einem krankhaft vermehrten Andrange von Blut leiden. Auf diesen Umstand gründet sich die künstliche Erzeugung eines Schnupfens (künstliche Katarrhalisation) durch Einziehen und Schnupfen von Wasser in die Nasenhöhle, welche die Naturheilkunde zu Heilzwecken anwendet. Der Umstand, daß die Luft in der Nasenhöhle gezwungen ist, dadurch, daß sie sich an den verschiedenen Ecken und Vorsprüngen bricht, über größere Partieen der Nasenschleimhaut hinzustreichen und sich in die Nebenhöhlen der Nase zu verbreiten, werden auch die sich in der Nasenschleimhaut ausbreitenden Geruchsnerven in größerer Ausdehnung von dem Luftstrom berührt und dadurch die Geruchswahrnehmungen erleichtert und verschärft.

Außerdem sind die Schleimhäute der Atmungswege noch mit ganz besonderen Veranstaltungen ausgerüstet und Millionen dieser kleinsten Apparate arbeiten ununterbrochen Tag und Nacht, um gewisse schädliche Einflüsse, welche beständig auf unsern Körper einwirken, unschädlich zu machen oder doch die ungünstigen Einwirkungen derselben möglichst auszugleichen. Die alltägliche Gewohnheit läßt uns nicht daran denken, was beispielsweise aus dem Staube und aus dem Rußе wird, welcher bei gewissen Beschäftigungen oder von den Bewohnern großer Städte tagtäglich eingeatmet wird. Unsere Lungen müßten in dem eingeatmeten Unrat ersticken, wenn nicht Millionen von kleinen Apparaten alle jene Staubteilchen, die nicht (wie z. B. Haar-, Stein- Metall- und Mehlstaub) ganz besondere Schwierigkeiten für ihre Wiederentfernung aus der Lunge bieten, wieder aus der Lunge herauf- und herausschafften. Die Schleimhäute der Atmungswerkzeuge sind nämlich mit einer Zellenschicht überkleidet, in welcher jede einzelne Zelle, also jeder kleinste lebendige Baustein des menschlichen Körpers, einen

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Apparat darstellt, dessen Lebensthätigkeit darin besteht, fremdartige, staubförmige Körper, welche beim Atmen in die Atmungsorgane eingedrungen sind, wieder aus dem Körper zu entfernen; diese Zellenschicht führt den Namen „Flimmerepithelium", womit also eine oberste Lage von Zellen oder ein Ueberzug, eine zellige Ueberkleidung der Schleimhäute bezeichnet wird, welche bei Betrachtung durch das Vergrößerungsglas eine flimmernde Bewegung zeigt. Dieses dünne Oberhäutchen, welches den Ueberzug (Epithelium) der Schleimhäute bildet, besteht aus zelligen Gebilden von keilförmiger Gestalt, deren breiterer Teil der Oberfläche der Schleimhaut zugekehrt ist und der mit eigentümlichen fädchen- oder haarförmigen Fortsätzen, „Cilien" oder „Wimpern" genannt, besetzt ist, die, solange Leben in ihnen ist, in ununterbrochenen ruderartigen Bewegungen begriffen sind und dadurch in der angrenzenden, der freien Oberfläche der Schleimhaut aufliegenden Flüssigkeitsschicht eine Strömung hervorbringen, welche das Ansehen eines dahinwallenden Lichtstreifens hat (ähnlich wie ein wogendes Getreidefeld), also eine „flimmernde" Bewegung zeigt. Aus diesem Grunde nennt man das ganze Phänomen das „Flimmern", die Zellen selbst „Flimmerepithelium" oder „Flimmerzellen" und die sich bewegenden Härchen „Flimmerhaare" oder „Cilien". Diese Cilien oder Flimmerhaare sind äußerst zarte Gebilde und selbst bei starker Vergrößerung schwer zu untersuchen. Dieselben bewegen sich in millionen- und aber millionenfacher Anzah beständig in der Richtung nach oben, also nach aufwärts, und befördern auf diese Weise staubförmige Fremdstoffe bis hinauf an die Stimmbänder des Kehlkopfes. Hier erzeugen diese fremdartigen Teilchen Hustenreiz und werden durch Aushusten wieder aus dem Körper entfernt. So winzig klein auch jene Reinigungsapparate, die Flimmerzellen, sind, so ist doch ihre ununterbrochene Thätigkeit von großem Erfolge, da sich die Wirkung durch die überaus große Anzahl dieser Apparate außerordentlich summiert und dadurch verstärkt.

Wenn wir einen Teil der betreffenden Schleimhäute von einem frisch getödteten Tiere ausbreiten, so bemerken wir schon bei achtzig- bis hundertfacher Vergrößerung, daß alle die Tausende und Abertausende sichtbar werdender Hälmchen oder Flimmerhärchen sich mit außerordentlicher Geschwindigkeit bewegen, sodaß man fast genau denselben Anblick hat, als ob man aus der Vogelperspective auf ein wogendes Getreidefeld hinabblickte. Bei etwas stärkerer Vergrößerung und etwas genauerem Zusehen bemerkt man, daß alle die unzähligen Wimperhaare ihre Bewegungen innerhalb einer Flüssigkeit ausführen und die in der Flüssigkeit schwimmenden leichteren Körperchen, wie z. B. Blut- oder Schleimkörperchen oder Staubteilchen und dergl., mit großer Kraft weiter geschleudert werden und zwar immer in einer und derselben Richtung. Auf diese Weise können wir auf's deutlichste beobachten, wie diese kleinen, die Schleimhäute von fremden Bestandteilen säubernden Apparate arbeiten; die Energie und Ausdauer der Flimmerbewegung können wir aber sogar an Flimmerzellen beobachten, die bereits aus dem Verbande mit dem lebenden Organismus losgelöst sind.

Die Flimmerzellen der Atmungswege beginnen mit einer scharfen Grenzlinie ungefähr einen halben Zoll von der Nasenöffnung entfernt; mit einem hakenförmig umgebogenen Federkiel kann man vermittelst einer kratzenden oder schabenden Bewegung leicht einige dieser Apparate aus ihrem Schleimhautboden loslösen und in etwas Speichel gelegt beobachten. Obgleich dieselben jetzt vollständig losgelöst sind aus dem Verbande des lebenden Organismus, so fahren dieselben doch fort, ihre Lebensfunctionen zu verrichten, und es bewegen sich diese Flimmerhärchen viele Stunden lang, ja, unter Anwendung von gewissen Vorsichtsmaßregeln, um diese aus dem organischen Verbande losgelösten, lebenden Gebilde vor Vertrocknung und der Einwirkung zu kühler Temperaturen zu schützen, bis zum nächsten Tage und zwar mit einer Energie und einer Kraftäußerung, die uns in Erstaunen setzt und deren Quelle wir vergeblich zu ergründen suchen.

Die Art und Form der Flimmerbewegung ist je nach der anatomischen Oertlichkeit, von welcher die Flimmerzellen stammen, verschieden, in der Hauptsache scheint dieselbe jedoch von dem Umstande abhängig zu sein, ob die Flimmerzellen ihrem Absterben mehr oder weniger nahe sind. Jedenfalls ist der Kraftaufwand und die Energie, mit welcher die Schwingungen der einzelnen Wimperhärchen harmonisch und gleichzeitig vor sich gehen, bewunderungswürdig, wenn wir bedenken, daß die Anzahl dieser Schwingungen 100—300 in der Minute zu betragen pflegt.

Das Interessanteste aber ist, daß diese Flimmerzellen unabhängig, weil losgelöst aus dem Verbande mit dem lebenden Organismus, ihre Lebensthätigkeit fortsetzen. In einer geeigneten Flüssigkeit, wie Schleim, Eiweiß, Speichel, Blutwasser und dergl., hält die Bewegung der Wimperzellen vom Menschen viele Stunden an, während sie bei den Wimperzellen von Amphibien bis zur vollständigen Zerstörung durch Fäulnis fortdauert, während der Herzschlag des aus dem Verbande mit dem lebenden Organismus losgelösten Herzens 1—1½ Tage und die Reizbarkeit der Muskeln 7 Tage dauert. Die Flimmerbewegung zeigt daher eine so bedeutende Widerstandskraft gegen äußere Einflüsse, wie keine andere Reizbarkeitserscheinung des menschlichen und tierischen Körpers, obschon aller und jeder anregende und belebende Einfluß des Nervensystems im vorliegenden Falle ausgeschlossen ist.

Nach dem Gesagten kann es uns auch nicht mehr auffallen, warum die großen Mengen von Staub und Rauch, welche eine große Anzahl von Menschen zum Teil schon infolge ihrer Beschäftigung einzuatmen gezwungen sind, der Lunge nicht in dem Maaße Schaden bringen, als es der Fall sein würde, wenn diese Millionen von Apparaten nicht vorhanden und nicht thätig wären, um die Lungen- und Luftröhrenschleimhaut von den Fremdstoffen, welche eingeatmet werden, zu säubern. Es ist leicht verständlich, daß diese zarten Gebilde nicht im Stande sind, jene Staubteilchen aus der Lunge zu entfernen, welche durch ihre Schwere oder sonstige körperliche Beschaffenheit, wie z. B. Metall-, Stein-, Mehl-, Holzkohlen-, Grannenstaub u. s. w., ein Fortschaffen außerordentlich erschweren.

So z. B. wird der Metallstaub wegen seiner ansehnlichen Schwere ebenso wie der Steinstaub der Lunge gefährlich, da er nicht genügend aus derselben entfernt werden kann. Hierin liegt der Grund, warum so viele Steinmetze an durch eingeatmeten Steinstaub entstandener, chronischer Lungenentzündung leiden, während der Staub von Holzkohlen, der aus kleinsten, nadel- oder spießförmigen Holzkohlensplittern besteht, noch weit weniger aus der Lunge entfernt werden kann, weil jene mikroskopisch kleinen Spieße sich in die Luftröhrenschleimhaut und in das Gewebe der Lunge einbohren; ähnlich wie diese Kohlensplitterchen wirken die Grannen, welche als feiner Staub bei demjenigen Mahlprozeß des Getreides, welchen man mit dem Namen „Spitzen" bezeichnet, eingeatmet werden. Aber auch der Mehlstaub ist in hohem Maaße schädlich für die Lungen, da derselbe sich in den wässrigen und schleimigen Absonderungen der Luftröhrenschleimhaut auflöst und zu einem besonders aus den feinsten Luftröhrenverzweigungen schwer zu entfernenden Kleister wird. Es darf daher nicht Wunder nehmen, daß die Müller ebenso wie die Steinmetzen eine sehr große Anzahl von Auszehrungskranken aufweisen.

Aus dem Gesagten wird auch erklärlich, warum wir ganz vorzugsweise im Winter, wo wir weit mehr in der Lage sind, Kohlenstaub einatmen zu müssen, grauen oder selbst schwarz gefärbten Schleim abhusten. Unmittelbar nach dem Erwachen husten wir nämlich vorzugsweise das ab, was während der Nacht bis an die Stimmbänder des Kehlkopfes durch die Flimmer- oder Wimperbewegung des Flimmerepitheliums aus den feinsten und tiefst gelegenen Verzweigungen der Luftröhrenäste heraufgeschafft worden ist. Wenn wir uns nun außerdem die Thatsache vergegenwärtigen, daß während eines heftigen Katarrh's das vorerwähnte Flimmerepithelium zu Grunde geht, um beim Abheilungsprozeß durch ein neues ersetzt zu werden, so wird es leicht verständlich, daß während eines Katarrh's der Atmungswege, also wo jene zahllosen Behelfe, genannt Flimmerepithelien, die der Säuberung der Schleimhäute von Fremdstoffen dienen, nicht functionieren, Staub und Rauch die Schleimhäute besonders nachteilig beeinflussen müssen.

Schon bei einem gewöhnlichen Schnupfen, also bei einem katarrhalisch-entzündlichen Zustande der Nasenschleimhaut, geht die oberste Schicht der Schleimhaut, also das Flimmerepithelium, zu Grunde, um sich bei der Abheilung wieder zu erneuern. Dieser Umstand, daß eine katarrhalische Entzündung der Schleimhäute der Atmungswerkzeuge so ausgiebige anatomische Veränderungen im Gewebe derselben hervorruft, indem jene der obersten, schützenden Zellenschicht beraubt werden, lehrt uns, daß die Oberflächen derartig entzündeter Schleimhäute annähernd einer Wundfläche oder doch einer Abschürfung gleichen, für welche sehr heiße oder aber sehr kalte, sehr trockene, staubige oder rauchige Luft Schädlichkeiten von Bedeutung sind.

Zugleich belehrt uns aber auch der vorerwähnte anatomische Zustand der entzündeten Schleimhäute der Atmungsorgane, daß es keine Heilmaßnahme und am allerwenigsten irgend ein Arzneimittelchen geben kann,

welches im Stande wäre, einen Katarrh aus kurzer Hand zu heilen, einfach deshalb, weil man die Neubildung oder aber die Reparatur eines anatomischen Gewebes nicht hervorzaubern kann, sondern für Wiederherstellung (Reparatur) schadhaft gewordener anatomischer Gebilde auch die Natur eine bestimmte Zeit braucht.

Seitdem die Naturheilkunde der allopathischen Heilweise den Vorhalt gemacht hat, daß dieselbe mit ihrem gesammten Heilmittelschatze nicht einmal im Stande sei, einen ganz gewöhnlichen Schnupfen zu heilen, hat man auf neue Droguen und Arzneistoffe förmlich Jagd gemacht, um ein Zaubermittel zu finden, welches im Stande sein möchte, den Schnupfen zu „coupieren", also die Weiterentwicklung eines begonnen habenden Schnupfens aus kurzer Hand „abzuschneiden". Nach dem oben Gesagten ist ein derartiges Abschneiden oder plötzliches Unterdrücken eines Krankheitsprozesses, bei welchem es sich um Veränderungen in der Anatomie, also im Bau und in der Struktur der erkrankten Gewebe handelt, in therapeutischem, also auf wirkliche Heilung hinzielendem Sinne gar nicht möglich, sondern ein Unding. Wol kann man durch gewisse Droguen die Symptome eines Krankheitsprozesses, oder auch durch gewaltthätige Unterdrückung der Lebensthätigkeit in den erkrankten Bezirken scheinbar die Weiterentwicklung der Krankheit abschneiden und dadurch eine Scheinheilung vortäuschen, aber eine wirkliche Heilung ist dies nicht, sondern nur eine Unterdrückung oder ein „Coupieren" des Heilungsprozesses, und wird hierdurch der akute (fieberhafte) Krankheitsprozeß entweder in einen chronisch krankhaften Zustand übergeführt oder es werden gewisse anderweitige Gesundheitsstörungen erzeugt. Hierfür liefert die Behandlung der durch Ansteckung erkrankten Schleimhäute der Geschlechtsorgane, bei welcher das „Stopfen" oder „Coupieren" des Ausflusses als Product der erkrankten Schleimhäute eine Hauptrolle spielt, tagtäglich tausendfältige und abertausendfältige Beweise. Die nachträglich, oft erst nach Verlauf von Jahren auftretenden Verengerungen der mit Schleimhäuten austapezierten Kanäle (sog. Strikturen) sind nicht etwa die natürlichen Folgen dieser Erkrankungen, sondern sie sind Kunstproducte, bedingt durch die „Kunsthilfe" einer arzneiquacksalberischen Behandlung. Aus dem weiter oben angeführten Umstande, daß da, wo ein entzündlicher Prozeß bereits bis zu demjenigen Stadium entwickelt ist, in welchem die anatomische Struktur der Gewebe mehr oder weniger Schaden gelitten hat, wird ersichtlich, daß auch die Natur, selbst wenn sie durch die naturgemäßesten Heilmaßnahmen in ihrem Heilbestreben und ihre Heilthätigkeit unterstützt wird, **Zeit** braucht, um die erforderlichen Reparaturen der schadhaft gewordenen Gewebe einzuleiten und zu vollenden, während Manche zu wähnen scheinen, daß die Naturheilkunde selbst bei vorgeschrittenen Krankheitsprozessen fast momentan endgültige Heilung herbeizuführen oder herbeizuzaubern im Stande sei.

Der Atmungsprozeß, welcher in dem durch die Erweiterung der Brusthöhle bedingten Einziehen von Luft in die Lungen, also in dem Einatmen, und in dem durch Verengerung des Brusthöhlenraumes er-

zeugten Austreiben von Luft aus den Lungen, also im Ausatmen, besteht und die bereits erwähnten Veränderungen im Blute (Verwandlung des nicht mehr lebenskräftigen dunkelroten Blutes in lebenskräftiges hellrotes Blut) hervorruft, übt außerdem einen ganz außerordentlichen, für die Naturheilkunde ganz besonders in Betracht kommenden Einfluß auf den Umlauf des Blutes und der übrigen Säfte (Chylus und Lymphe). So wird beispielsweise bei jedem Atemzuge eine gewisse Menge von Blut, von Lymphe und Chylus aus den Adernetzen des Unterleibes in die Brusthöhle hinaufgesaugt, indem hierbei die Lunge wie eine Saugpumpe wirkt. Hierdurch wird in den Blutbahnen des Unterleibes neuer Raum geschaffen für das von den unteren Gliedmaßen aufsteigende Blut und die in derselben Richtung strömende Lymphe. Und so verhält es sich auch mit den in der Richtung nach dem Herzen strömenden Säften der oberen Gliedmaßen, des Kopfes und des Halses.

Aus dem mehr Angedeuteten als weiter Ausgeführten wird ersichtlich, welches außerordentlich mächtige Heilmittel der Naturheilkunde in der Atemgymnastik nicht allein für die erkrankte Lunge, sondern für den gesammten übrigen Körper gegeben ist. Die Zahl der Atemzüge ist nach Alter, Geschlecht und Individualität sehr verschieden und beträgt bei dem gesunden Erwachsenen 12—20 in der Minute, die Anzahl und Tiefe derselben wird jedoch durch Körperbewegung, durch Gemüts- oder Geisteserregungen, durch Blutumlauf und Verdauung, durch die Temperatur und sonstige Beschaffenheit der Luft wesentlich beeinflußt. Bei Säuglingen beträgt die Zahl der Atemzüge in der Minute durchschnitlich 44, bei Kindern 26, in Krankheiten kann dieselbe mehr als 60 betragen oder auch abnorm verringert sein. Bei Männern erweitert sich vorzugsweise der untere seitliche Teil des Brustkorbes, während beim weiblichen Geschlecht besonders die Gegend der oberen Rippen sich hebt und senkt, Kinder aber fast nur mit dem Bauche atmen, also mit dem zwischen Brust und Bauchhöhle quer oder zwerch, (daher der Name Zwerchfell) ausgespannten großen Atmungsmuskel, welcher sich beim Einatmen abflacht und beim Ausatmen kuppelförmig wölbt.

Bei dem Einatmen entstehen durch die Reibung der Luft an den Wänden der Luftwege gewisse Atmungsgeräusche, deren Klang um so gröber ausfällt, je weiter die Atmungswege sind, sodaß der größte Gegensatz zwischen dem Atmungsgeräusch der Luftröhre und der Lungenbläschen gegeben ist. Letzteres gleicht dem Einschlürfen der Luft durch den verengten und zugespitzten Mund (z. B. beim Aussprechen des Buchstabens F); die beim Ausatmen entstehenden Geräusche sind annähernd dieselben. Besondere Abarten des Einatmens sind das Seufzen, Gähnen, Schluchzen, Keuchen, Schnüffeln, wobei die Thätigkeit des Zwerchfells eine große Rolle spielt. Modificationen des Ausatmens sind das Husten, Niesen, Sichräuspern und Schnarchen.

Im Durchschnitt werden von einem Erwachsenen mit jedem Atemzuge 500 Kubikcentimeter Luft in die Lunge eingeatmet. Der in der eingeatmeten Luft enthaltene Sauerstoff ist die wesentlichste Kraftquelle des

Organismus, ohne dessen Zufuhr zur Lunge fehlt dem Organismus die Fähigkeit, zu fühlen und Bewegungen anzuregen, ebenso verliert das Gehirn seine Functionsfähigkeit. Der Zweck, welchen der Atmungsprozeß zu erfüllen hat, kann daher nur beim Atmen in reiner Luft vollkommen erreicht werden, während im andern Falle die Luft mehr oder weniger untauglich wird, um alle jene Veränderungen im Blute hervorzubringen.

Die Zahl der Atemzüge nimmt bei allen Krankheiten der Luftwege in dem Maaße zu, als die Lunge durch die krankhafte Veränderung ihres Gewebes in ihren normalen Functionen beeinträchtigt ist. Sie steigert sich bei schweren (akuten) Erkrankungen oft bis auf 70, bei Kindern bis auf 100 in der Minute. Nicht selten wird die Atmung aussetzend, indem zeitweise eine Atembewegung ausfällt. Auch ist die Vollkommenheit (der Umfang), die Tiefe oder Oberflächlichkeit der Atmung ein äußerliches Zeichen von dem in der Lunge herrschenden Notstande. Ebenso sind die leicht wahrnehmbaren Atemgeräusche, z. B. Keuchen, Rasseln und Pfeifen und das Verhältnis zwischen der Dauer des Ein- und Ausatmens von Bedeutung. Denn während die erstere im gesunden Zustande länger dauert als die letztere, ist dies z. B. bei einem Zustande von Erweiterung und Erschlaffung (Emphysem) des Lungengewebes umgekehrt.

Der Katarrh der Nasenschleimhaut oder Schnupfen ist entweder acut (hitzig) oder chronisch. Der erstere befällt am häufigsten das jugendliche Alter und zwar namentlich nach Erkältungen, z. B. eines durch Kleidungsstücke übermäßig warm gehaltenen und dadurch empfindlich gewordenen Körperteiles (Kalt- und Naßwerden der Füße, Durchnässungen des Körpers, Schlafen in frisch gescheuerten Räumen ꝛc.). Dies geschieht um so häufiger in einer Zeit, wo die Erkältungsfurcht fast alle Gemüter beherrscht und infolgedessen durch ein übermäßig warmes Verhalten der Körper verweichlicht und verzärtelt wird, anstatt ihn durch leichtere und weniger warme Kleidung und durch den ausgiebigen Gebrauch von kaltem Wasser abzuhärten. Aber auch das Einatmen von Luft, die mit Staub oder sonstigen reizenden Bestandteilen erfüllt ist (z. B. das durch den starken Duft des Heues erzeugte Heufieber), kann den Schnupfen erzeugen. Auch ist er ein Vorläufer von hitzigem Kehlkopfkatarrh und von hitzigen Hautausschlägen (z. B. Masern).

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Bekanntlich beginnt der akute Schnupfen mit dem Gefühle allgemeinen Unwohlseins, Mattigkeit, Frösteln, Eingenommensein des Kopfes; außerdem besteht häufiger Niesreiz, das Gefühl von Druck in der Nase und Absonderung eines wässerigen, salzigen Sekretes, welches die Nasenlöcher und die Oberlippe rötet oder auch etwas wund macht. Nach einigen Tagen wird die abgesonderte Flüssigkeit dickflüssig und schleimig eitrig („3 Tage kommt er, 3 Tage steht er, 3 Tage geht er"). Bisweilen setzt er sich auf die benachbarten Schleimhäute fort, z. B. er verbreitet sich durch den Thränenkanal auf die Bindehaut des Auges, wodurch Lichtscheu, Rötung und Thränen des Auges entsteht, oder er setzt sich von dem hintersten Teile der Nasenhöhle auf die Rachenhöhle

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

und den inneren Gehörgang fort (Eustach'sche Ohrtrompete) und erzeugt Schwerhörigkeit, Ohrensausen und sich nach dem Ohre hinziehende Schmerzen; unter einem heftigen Knall verliert sich diese Schwerhörigkeit infolge des Sichschneuzens. Auch auf die Schleimhäute des Kehlkopfes kann sich der Schnupfen fortsetzen und dadurch Husten und Heiserkeit (Kehlkopfkatarrh) entstehen. Setzt sich derselbe auf die Stirnhöhle fort, so stellt sich in vielen Fällen ein stechender Schmerz über der Nasenwurzel ein, nebst heftigem Kopfschmerz und Benommenheit des Kopfes. Auch ist das Gefühl vorhanden, als ob die Augäpfel aus ihren Höhlen fallen sollten. Bei Säuglingen wird dadurch, daß der Schleim in der Nase zu festen Krusten eintrocknet und die Nasenlöcher verstopft, das Atmen durch die Nase und infolge dessen auch das Säugen an der Mutterbrust verhindert. In diesem Falle ist bei längerem Bestande wegen mangelnder Nahrungsaufnahme das Leben des Säuglings bedroht.

Auch in denjenigen Fällen, in denen die Entzündung der Atmungswerkzeuge milderen Grades ist, pflegen leichte Fieberbewegungen aufzutreten. Daher wird der Kranke immer zuerst von Kälte mit Frösteln befallen und bald darnach ist das Atmen durch die Nase erschwert, wobei das Gefühl vorhanden ist, als ob die Nase verstopft sei, daher die Bezeichnung Schnupfen. In der Stirngegend stellt sich ein Gefühl von dumpfem Schmerz und Schwere ein, die Augen sind schwer beweglich und außerdem ist ein Gefühl von Druck in ihnen vorhanden. Die Stockung in der Nase macht bald dem reichlichen Ausflusse einer wässrigen Feuchtigkeit Platz, die so scharf ist, daß sie die Haut der Nasenöffnung und der Lippen entzündet und wund macht. Ist dieser entzündliche Zustand der Nasenschleimhaut trockener Natur, so wird derselbe als „Stockschnupfen" bezeichnet.

Ueber den ganzen Körper ist das Gefühl von Mattigkeit verbreitet und der Körper ist außerordentlich empfindlich gegen kalte Luft; auch tritt gegen Abend nicht selten Pulsbeschleunigung auf. Hierzu gesellt sich bald Heiserkeit und im Schlund und Kehlkopf das Gefühl von Rauh- und Wundsein, wobei das Atmen erschwert und auf der Brust das Gefühl von Spannung vorhanden ist. Ferner tritt Husten auf, der im Anfang trocken ist und ziemliche Schmerzen oder doch Wehthat in der Brust und im Kopfe verursacht, sich aber allmälig löst und von Schleimauswurf begleitet ist, wobei der Ausfluß aus der Nase gelinder wird und der Kopfschmerz nachläßt.

Die nächste Veranlassung zu Katarrhen der Atmungswege sind Erkältungen, deren häufigste, letzte Ursache in Vernachlässigung und Verweichlichung der Hautpflege liegt. Wer sich angemessen abhärtet und die Hautpflege (s. d. Art. „Hautpflege") nicht vernachlässigt, wird von Katarrhen wenig zu leiden haben.

Chronischer Schnupfen oder Stockschnupfen. Derselbe entwickelt sich entweder aus einem akuten Schnupfen oder er entsteht allmälig, z. B. durch anhaltendes Einatmen von Staub oder anderweitigen fremden und reizenden Beimengungen der Luft, sowie durch örtliche Reize (Tabakschnupfen);

auch ist er eine Begleiterscheinung constitutioneller Krankheiten, z. B. der Skrophulose und der Syphilis, auch bei Vorhandensein von Nasenpolypen. — Erkennungsmerkmale: Der damit Behaftete hat das Gefühl von Verstopftsein in der Nase und atmet durch den fast beständig offen gehaltenen Mund. Die Sprache ist näselnd, Geschmack und Geruch sind mehr oder weniger aufgehoben. Die Absonderung mangelt, oder sie ist wässerig, dabei geruchlos oder aber eitrig, jauchig, grünlich und übelriechend (Stinknase). Er ist eins der hartnäckigsten Leiden.

Behandlung. Der Abheilungsprozeß aller katarrhalischen Affectionen (wie Schnupfen, Husten, Lungen- oder Brustkatarrh u. s. w.) wird durch fleißiges Wassertrinken wesentlich begünstigt und beschleunigt, ebenso durch Einhüllungen in feuchte Leintücher (Packungen), kühle Waschungen oder solche mit abgeschrecktem Wasser (s. d. Art. Die Anwendungsformen der Naturheilkunde), nach Umständen Umschläge und Bäder, neben einer reizlosen und zugleich magern und spärlichen Diät bei ruhigem Verhalten in gut geheiztem Zimmer oder in freier, reiner und gut temperierter Luft zu guter Tageszeit.

Bei gelinden, nicht veralteten, acuten Anfällen reichen erregende Umschläge um den Hals und die Brust oder um Stirn und Nase, je nach dem Sitze des Katarrh's täglich mehrmals wiederholtes Waschen oder Baden mit nachträglichem Frottieren (Reiben) entweder des ganzen Körpers oder zum mindesten der betreffenden Teile hin, um die Krankheit in kurzer Zeit zu heben.

Die Anwendung von Sitzbädern ist nur dann angezeigt und zweckdienlich, wenn heftige und drückende Schmerzen im Kopfe vorhanden sind; dieselben sind alsdann mit abgeschrecktem Wasser und von halbstündiger Dauer anzuwenden, dagegen sind Fußsohlenbäder von ¼stündiger Dauer und mit abgeschrecktem Wasser in den meisten Fällen von ausgezeichneter Wirkung. Bei unterdrückter Hautthätigkeit und bei gelinden Fällen wird die Krankheit durch kühle oder selbst kalte Bäder oft erstaunlich schnell gehoben; bei hochgradigen Katarrhen sind sie dagegen nicht am Platze. In vielen Fällen leistet eine schnell vorübergehende Uebergießung (z. B. ein Brause-Bad), wobei man sich schnell abzutrocknen und anzukleiden hat, recht gute Dienste.

Beim Schnupfen ist häufiges „Wasserschnupfen" (Einschlürfen von Wasser in die Nase), bei leichtem Husten häufiges Gurgeln mit frischem Wasser, in beiden Fällen aber reichliches Wassertrinken sehr zu empfehlen, nur muß letzteres, wenn die Lungen stark angegriffen sind, also z. B. bei vorhandenem Lungenkatarrh, bei Grippe u. s. w., nur in kleinen Portionen genommen werden.

Bei heftigen entzündlichen Affectionen, bei bedeutenden Schmerzen, bei Atmungsbeschwerden, bei starker Heiserkeit und angreifendem, trockenen Husten oder bei veralteten Uebeln sind Einwicklungen in feuchte Leintücher und das Abwarten eines nach Umständen mehr oder minder kräftigen Schweißes nötig, wobei während des letzteren noch besondere Umschläge

über Hals, Brust und Nacken zu machen sind. Das zu den Bädern zu verwendende Wasser ist mehr oder weniger abzuschrecken, je nachdem es die Umstände erfordern. Bei der Anwendung von Umschlägen, Bädern u. s. w. ist jede Erkältung sorgfältig zu vermeiden.

Wenn ansehnliche Schmerzen im Halse vorhanden und die Teile des Schlundes (Rachen) entzündet und geschwollen sind, so muß der Kranke öfters frisches Wasser in den Mund nehmen und es durch Zurückbeugen des Kopfes so tief als möglich in den Schlund zu bringen suchen, um es hier, ohne zu gurgeln, sich erwärmen zu lassen. Die Halsumschläge sind anfangs kühl, später erwärmend (also nicht warm) und erregend zu machen. Darüber, wann die kühlen, also im häufigeren Wechsel anzuwendenden Umschläge mit erregenden Umschlägen (s. d. Art. Die Anwendungsformen der Naturheilkunde unter „Naturheilkunde") zu vertauschen sind, hat einzig und allein die Natur, d. h. das Gefühl des Kranken zu entscheiden. Sobald die Anwendung von kühlenden, entzündungswidrigen Umschlägen anfängt, für das Gefühl unangenehm oder gar lästig und widerwärtig zu werden, ist die Zeit gekommen, um die kühlen oder kalten Umschläge mit erregenden Umschlägen zu vertauschen. Denjenigen, welche derartige Umschläge unbedingt nicht vertragen, ist die Anlegung einer wollenen oder seidenen Binde anzurathen. Acute und chronische Halsentzündungen anlangend, ist der Artikel über Bräune nachzulesen.

Was die Behandlung des Stockschnupfens betrifft, so ist derselbe durch Umschläge auf die Stirn am leichtesten zum Fließen zu bringen, und wenn diese sich als unzulänglich erweisen sollten, so hat man durch abgeschreckte Sitzbäder von halbstündiger Dauer nachzuhelfen.

Das mit dem Katarrh verbundene Fieber und andere Zufälle werden auf die angezeigte Weise behandelt und mit Hilfe nasser Leintücher schnell beseitigt, wobei natürlich der Schweiß immer gehörig abzuwarten ist. Sind die Fieberbewegungen so heftig, daß der Kranke keine Ruhe hat, so wird er Abends in ein nasses, ziemlich stark ausgerungenes Leintuch eingeschlagen, gut zugedeckt oder leicht in eine wollene Decke eingewickelt, in welcher er die Nacht über schläft, sofern nicht die Umstände ein mehrmaliges Wechseln bedingen.

Anlage zu katarrhalischen Affectionen wird durch allmähliche Abhärtung mittelst täglich oder doch mehrere Male wöchentlich vorzunehmender kalter Waschungen oder feuchtkalter Ganzabreibungen womöglich mit darauf folgender Bewegung in freier Luft, durch häufiges Trinken von frischem Wasser, besonders am Morgen bei nüchternem Magen, durch Gurgeln mit frischem Wasser und durch Gewöhnung an leichtere Bedeckung während der Nacht und an nicht zu warme und erhitzende Kleidung, ferner durch vermindertes Trinken von erschlaffenden warmen Getränken (Thee, Kaffee 2c.) sehr bald so gehoben, daß Personen, welche früher bei der geringsten Veranlassung Schnupfen bekamen, für immer davon befreit bleiben.

Katarrhalische Lungenentzündung. Wesen und Entstehung. Dieselbe wird mit wenigen Ausnahmen fast nur bei Kindern beobachtet und

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i arzneilosen Heilkunde.

tritt hier entweder selbständig oder als Beigleiterscheinung anderweitiger Erkrankungsformen (Masern, Keuchhusten) auf.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Derselben geht fast immer ein Katarrh der Luftröhren und ihrer Verzweigungen (Bronchialkatarrh) voraus; ihr Eintritt wird durch heftiges Fieber, außerordentlich vermehrten Puls, hochgradige Beschleunigung des Atmens (20—60 Atemzüge in der Minute) angezeigt; außerdem kurzer, oberflächlicher und dabei schmerzhafter Husten, Nasenflügelatmen. Die Wangen sind hochrot gefärbt, die Haut brennend heiß und trocken und der Kranke ist sehr unruhig.

Behandlung siehe Lungenentzündung.

Kehlkopfentzündung, s. Katarrh.

Kehlkopfentzündung, chronische. Nicht selten entsteht durch sich häufig wiederholende heftige Anstrengung oder Ueberanstrengung des Kehlkopfes, wie dies bei Sängern, Schauspielern, Kanzelrednern, Lehrern u. s. w. vorkommt, ein chronisch entzündlicher Zustand der Kehlkopfschleimhaut, wodurch entweder vorübergehend Stimmlosigkeit oder bei Vernachlässigung oder aber durch Arzneiquacksalbereien, die in Form von Aetzungen u. s. w. zu dem bereits vorhandenen Entzündungsreize einen neuen Reiz gesellen, bleibende Heiserkeit erzeugt wird, die am Ende in sogenannte Kehlkopfschwindsucht übergehen kann.

Läßt man derartige Zustände nicht veralten, so führen Halsumschläge, unter Umständen verstärkt durch einen unmittelbar auf die Haut des Nackens zulegenden feuchtkühlen Leinwandbausch (ein handgroßes 4 — 6fach zusammengelegtes Stück Leinen), über welchen erst der eigentliche Halsumschlag zu liegen kommt, wenn nötig zugleich mit einem Leibumschlag (s. d. Art. Die Anwendungsformen der Naturheilkunde) und einer Waden- oder auch Fußpackung schnell zum Ziele. Ferner sind, wenn erforderlich, allgemeine Schwitzpackungen und Sitzbäder von abgeschrecktem Wasser und 20 — 30 Minuten Dauer, ebenso Klystiere bei Vermeidung scharfer Luft und reizender Nahrungsmittel neben Warmhalten der Füße angezeigt.

Kehlkopfschwindsucht, s. Luftröhrenschwindsucht.

Keuchhusten, Stickhusten, blauer Husten. Derselbe besteht in einem bei Kindern ziemlich häufig vorkommenden Reizungszustande der Schleimhaut, und befällt die Kinder in der Regel nur Ein Mal. Die Krankheit beginnt gleich einem gewöhnlichen Katarrh, geht aber nicht so schnell vorüber und kann monatelang dauern und selbst einen üblen Ausgang nehmen.

Bei sorgfältiger Behandlung ist indeß durchaus keine Gefahr zubefürchten, nur muß man die Geduld nicht verlieren, da sie oft langwierig ist.

Behandlung. Dieselbe ist im allgemeinen die gegen Katarrh (s. d. Art.) vorgeschriebene, welche dem zarten kindlichen Alter gehörig anzupassen ist. Im Anfang sind oft bloße kalte Waschungen der Brust von schneller und erfolgreicher Wirkung, da die heftigen, meist von Erbrechen begleiteten Hustenanfälle gewöhnlich erst nach 2 3 Wochen aufzutreten pflegen. Das beste Verfahren ist, die Kinder in nassen Leintüchern schwitzen und alsdann

in abgeschrecktem Wasser baden zu lassen. Daneben sind feuchte Umschläge um Hals, Brust und Magen in Form von erwärmenden und erregenden Hals- und Rumpfumschlägen anzuwenden und reichlich, besonders am Morgen in den nüchternen Magen, warmes Wasser zu trinken, welches als ein ausgezeichnetes, krampfstillendes Mittel (auch bei Magenkrämpfen) wirkt. Bei heftigen Hustenanfällen ist kräftiges Reiben des Magens, der Brust, des Rückens und der Fußsohlen mit nassen Händen ein sehr vorzügliches Mittel; bei Verstopfungen oder überhaupt bei ungenügenden Ausleerungen sind fleißig Klystiere anzuwenden.

In Essen und Trinken müssen die kleinen Patienten sehr mäßig gehalten werden und stark gewürzte oder üppig nährende Speisen sind ebenso wie erregende Getränke (z. B. Kaffee oder „Medicinal-Tokayerwein" 2c.) von ihnen fern zu halten; dagegen müssen die kleinen Patienten täglich und zwar recht fleißig der frischen Luft ausgesetzt werden, wobei man darauf zu achten hat, daß sie einerseits nicht ängstlich eingehüllt, andererseits aber auch vor Verkältung geschützt werden. Gerade bei dieser Erkrankungsform ist es ganz besonders notwendig, Wohn- und Schlafräume besonders fleißig und ausgiebig zu lüften und, wenn es nicht möglich ist, die Kinder ihren Wohnort wechseln zu lassen, sie wenigstens abwechselnd aus einem Wohn- oder Schlafraum in den andern zu bringen.

Kindbettfieber. Diese gefährliche Erkrankung geht vom weiblichen System aus und zwar von den inneren Geburtsteilen (der Gebärmutter). Das diese Erkrankungsform begleitende hochgradige Fieber tritt gewöhnlich am zweiten oder dritten Tage und zwar auch nach einer oft ganz leichten Entbindung auf und kann durch krankhafte Prozesse in dem Gebärorgan, aber auch durch Arzneibehandlung, schwere Diätfehler, Gemütsaufregung und verschiedene anderweitige noch unbekannte Ursachen veranlaßt werden.

Weit häufiger, als man im gewöhnlichen Leben ahnt, ist die Art der Entbindung und die Kunsthilfe die Ursache zu der in Rede stehenden Erkrankungsform. Wenn von der Nachgeburt (Placenta, Mutterkuchen) auch nur ein kleiner Rest in der Gebärmutter zurückbleibt und nicht nachträglich ausgestoßen wird, sondern an Ort und Stelle in Verjauchung übergeht, kann es geschehen, daß jauchige Stoffe in das Blut gelangen, und zwar von der durch Loslösung der Nachgeburt von der Gebärmutterwand gegebenen Wundfläche aus, sodaß alsdann eine Blutvergiftung eintritt in Form des Kindbettfiebers. Am besten verfährt man beim Beginne der Krankheit wie bei einem reinen Entzündungsfieber, weil die Anwendung eines energischen Verfahrens bei Wöchnerinnen nur im äußersten Notfalle angewendet werden darf.

Oft gewechselte nasse Leintücher, und bei sehr heftigen Schmerzen im Unterleibe und starken Fiebererscheinungen auch abgeschreckte Halbbäder und Klystiere mit gleichzeitigem Frottieren der Füße, abwechselnd mit Ganzeinhüllung des Körpers in feuchte Leintücher, um womöglich einen wiederholten starken Schweißausbruch hervorzurufen, haben schon in sehr verzweifelten Fällen unerwartete Hilfe geleistet. Man wechselt die Leintücher

so oft, bis ein gelinder Schweiß und der Nachlaß der fieberhaften Erscheinungen den Eintritt der Krise (Entscheidung, Wendung zum Bessern) anzeigt. Nachdem man den Schweiß je nach dem Kräftezustand der Kranken kürzere oder längere Zeit unterhalten hat, wird dem Schwitzen durch ein abgeschrecktes Halbbad oder durch eine feuchtkühle Abreibung ein Ende gemacht. Bei großer Schwäche oder Bewußtlosigkeit der Kranken ist vor der Anwendung feuchter Einhüllungen eine kurze aber kräftige Waschung des ganzen Körper angezeigt und zwar ganz vorzugsweise des Gesichts, der Magengegend, des Rückens, der Arme und der Füße und ebenso notwendig ist alsdann der Eintritt von frischer Luft in das Krankenzimmer, durch welche Maßnahmen in vielen Fällen allein schon das Bewußtsein des Kranken zurückgebracht wird.

Wie bei allen Vergiftungszuständen des Blutes bei Anwendung des naturgemäßen Heilverfahrens das höchste Gebot darin besteht, die Thätigkeit aller ausscheidenden Organe (Haut, Lunge, Niere und Darmkanal) möglichst vollkommen und ausgiebig zu gestalten, so ist es auch im vorliegenden Falle eine der vornehmsten Aufgaben, in dieser Richtung der Natur zu Hilfe zu kommen und etwa ihr in dieser Beziehung entgegenstehende Hindernisse mit allen zu Gebote stehenden Kräften und Mitteln aus dem Wege zu räumen. Besonders ist auch ein Hauptaugenmerk darauf zu richten, daß, wenn Störungen im Abgange des Wochenflusses eingetreten sind, diese in erster Linie beseitigt werden und der Wochenfluß sobald als nur immer möglich, wieder regelrecht und naturgemäß gestaltet wird.

Man behalte in dieser Beziehung beständig Folgendes im Auge:

Durch die Ablösung der Nachgeburt von der inneren Oberfläche der Gebärmutterwand ist eine Wundfläche gegeben, von welcher unter Umständen dem Körper feindselige, giftige Stoffe aufgesaugt und in die Säftemasse übergeführt werden können. Diese übeln, gesundheits- und lebensfeindlichen Stoffe entstehen, wie bereits erwähnt, nicht selten durch das Zurückbleiben von mehr oder weniger großen Resten des Mutterkuchens in der Gebärmutterhöhle, Reste, die in Verjauchung übergehen und alsdann nur zu leicht an der ihres natürlichen Schutzes beraubten Oberfläche der Gebärmutterhöhle (an der Stelle, wo die Nachgeburt aufgesessen hat) in den Säftestrom (in die Lymphgefäße oder auch in die Venen) aufgenommen und durch diese dem allgemeinen Säftestrom zugeführt werden. Außer den in der Gebärmutterhöhle zurückgebliebenen Resten können auch noch anderweitige Umstände Anlaß zum Kindbettfieber und anderweitigen schweren Erkrankungsformen des weiblichen Systems führen. Insonderheit sind es alle operativen geburtshilflichen Eingriffe, die beiläufig bemerkt noch einer ausgiebigen Einschränkung, sowol hinsichtlich der Häufigkeit ihrer Anwendung, wie auch hinsichtlich des Uebereifers und der Dreistigkeit, mit welcher derartige Eingriffe gemacht werden, bedürfen. Schon allein die bloße Berührung der inneren Oberfläche der Geburtsteile (Gebärmutter) mit der Hand und mit Instrumenten bedeutet in zahlreichen Fällen eine heftige Beleidigung derselben, die mehr oder

weniger üble Folgen nach sich zieht. Besonders ist dabei das unvermeidliche Eindringen von Luft in die inneren Geburtsteile (Gebärmutter) von hoher Bedeutung, weil mit dem Eindringen von Luft bei dem Vorhandensein von zersetzungsfähigen, also mit dem Organismus nicht mehr im lebendigen Zusammenhange stehenden Stoffen, alle Bedingungen zur Zersetzung und Fäulnis, nämlich Wärme, Feuchtigkeit und Luft gegeben sind, obschon der Körper im Stande ist, kleinere Mengen von Luft aufzusaugen und dadurch unschädlich zu machen. Eine ungleich größere und viel allgemeiner einwirkende Schädlichkeit ist durch die Einspritzungen und Ausspülungen mit verdünnter Carbolsäure gegeben, und wenn man bedenkt, daß dieselben zur Zeit „vorschriftsmäßig" von Tausenden und Abertausenden von Hebammen angewendet werden, so ist leicht ersichtlich, daß, obschon die ersten Autoritäten der Medicinheilkunde (wie Billroth und Andere) gegen die so verallgemeinerte und in vielen Fällen eine directe Blutvergiftung herbeigeführt habende Anwendung der Carbolsäure energischen Protest erhoben haben. Aus diesen wenigen Andeutungen wird allein schon ersichtlich, daß auch einer so schweren, das Leben bedrohenden Erkrankungsform gegenüber, wie es das Kindbettfieber zweifellos ist, die Vorbeuge (Prophylaxis) die wirksamste Maßnahme ist. Es läßt sich mit vollem Rechte behaupten, daß tausend und abertausend Fälle von Kindbettfieber mit Sicherheit verhütet werden würden, wenn beispielsweise die operativen Eingriffe auf das unerläßlich notwendige Maß beschränkt würden, wenn ferner bei einer Geburt, die Beihilfe erfordert, der Natur nur bis zu einem gewissen Grade zu Hilfe gekommen würde und zwar von der Art, daß sie alsdann alles Uebrige von selbst zu Ende zu führen hat, wenn für die Herbeischaffung der Frucht durch Kunsthilfe **ohne** Anwendung der Zange eine weit höhere Taxe ausgeworfen wäre oder ein weit größeres Honorar gezahlt würde als für die Kunsthilfe **mit** Zange; ferner: wenn die Hebammen besser gezahlt würden als es an vielen Orten der Fall ist, weil sie alsdann nicht, wie es derzeit der Fall ist, in die Versuchung kommen würden, nur deshalb an der Nabelschnur zu zerren (damit die Nachgeburt schneller abgeht, eine Maßnahme, die ganz besonders dazu angethan ist, daß ein Teil des Mutterkuchens sich von der Gesammtmasse lostrennt und in der Gebärmutter zurückbleibt), weil sie sich nicht gern den Verdienst entgehen lassen möchten, der ihnen durch den möglichst beschleunigten Besuch einer anderweitigen Clientin winkt, bei welcher der Geburtsact nahe bevorsteht; ferner, wenn die Männer, anstatt sich im entscheidenden Augenblicke unsichtbar zu machen oder scheu im Nebenzimmer zu stehen, weil sie die Consequenzen von dem, was sie angerichtet haben, „nicht mitansehen können", die pflichttreue und gewissenhafte Thätigkeit der Hebamme dadurch controlieren, daß sie mit eigenen Augen feststellen, ob der Mutterkuchen ganz d. h. vollständig und unversehrt abgegangen, mithin nichts davon in der Gebärmutter zurückgeblieben ist, anstatt daß die Nachgeburt sofort in's Wasser oder aber in's Feuer wandert und dadurch der Controle für anderweitige Augen als die der

Hebamme möglichst bald entzogen wird; ferner, wenn alle Ausspülungen und Einspritzungen in die weiblichen Theile, die — auch wenn es sich um bloßes Wasser handelt — in den allermeisten Fällen am besten ganz unterbleiben, wenigstens mit der Vorsicht gemacht würden, daß das Ausflußröhrchen des hierbei verwendeten Apparates (Klystierspritze, Einlaufkanne oder auch Clysopompe ꝛc.) erst dann in die Theile eingeführt wird, wenn man sich vergewissert hat, daß absolut keine Luft mehr in demselben enthalten ist. Am sichersten wird dies dadurch erreicht, daß man die Mündung des betreffenden Ausflußröhrchens nach oben richtet und den Apparat in Bewegung setzt, wobei alsdann die Luft, die, weil sie weit leichter als Wasser ist, obenauf sich befindet und deshalb zuerst entweicht. Im andern Falle wird die Luft zuerst eingespritzt und gelangt infolge ihrer geringen Schwere leicht in die obersten Theile der weiblichen Organe und bleibt daselbst, besonders bei starker Krümmung des Geburtskanales, leicht verhalten, da sie eben wegen ihrer Leichtigkeit nicht nach abwärts zu entweichen im Stande ist. (Vergl. außerdem den Art. Schwangerschaft.)

Kindbettreinigung, unterdrückte. Dieselbe macht dieselbe Behandlung nötig, wie es bei gestörter Periode (monatliche Reinigung, Regel, Menstruation, s. d. Art.) angegeben worden ist. (Vergl. Schwangerschaft.)

Kinder, kleine. In dem Artikel über die Gicht ist bereits die Behandlung der Kinder in diätetischer Beziehung besprochen worden, insbesondere hinsichtlich der Anwendung des Wassers bei denselben. Es ist naturwidrig und überhaupt widersinnig, nach dem Rathe einzelner Wasserfanatiker Säuglinge in kaltem Wasser zu baden oder sie auch nur damit zu waschen. Das in der Wärme des Mutterschooßes ($28^1/_2$ ° R) gebildete kleine Lebewesen bedarf für längere Zeit einer wärmeren Temperatur und darf nur allmälig an ein kühleres Verhalten gewöhnt werden. Es ist daher mit lauem Wasser zu beginnen, allmälig mit der Temperatur desselben herunterzugehen bis zu jenem Grade, welchen das sogenannte „abgeschreckte Wasser" hat. Kinder, welche man auf eine derartige Weise behandelt, werden oder bleiben gesund und blühend und sind besonders von allen jenen Leiden verschont, denen verhätschelte, mit falscher Liebe verweichlichte Kinder unterworfen sind.

Bei Zeiten soll man die Kinder an das Wassertrinken gewöhnen, was am Besten derart geschieht, daß man es ihnen vermittelst eines Löffels einflößt. Dadurch wird der kleine Magen gekräftigt und widerstandsfähig gemacht. Dies ist besonders bei Kindern wichtig und nothwendig, welche den Segen der natürlichen Ernährung (durch die Muttermilch) entbehren müssen. Im letzteren Falle, also wo die Mutter selbst ihr Kind stillt, ist nach der Entwöhnung mit dem Wassertrinken zu beginnen. Durch dieses Wassertrinken in der Kindheit und Jugend wird der Grund gelegt zu einem gesunden Magen, also einem Magen, der dauerhaft ist und Alles verträgt. Und da vom Magen aus der gesammte Organismus ernährt und erhalten und kampf- und widerstandsfähig erhalten wird, so wird auch

durch diesen gesunden Magen der Grund zu einem gesunden Körper für das ganze künftige Leben gelegt.

Besonders diejenigen Theile, deren Haut durch öftere Verunreinigung leidet, sind häufig mit kühlem (nicht kaltem) Wasser zu waschen. Desgleichen sind wunde Stellen oft abzuwaschen und mit trockner, feiner Leinewand oder Charpie zu belegen, die, so oft als sie feucht wird, zu wechseln ist. Wo jedoch fleißige Waschungen verunreinigter Stellen stattfinden, werden wunde Stellen schon hierdurch verhütet. Ganz verwerflich ist es, derartige Stellen mit Mehl u. s. w. zu bestreuen und die Ausdünstung der Haut durch Verstopfung der Poren zu unterdrücken.

Zeigen die Kinder Fieber und Unruhe, so schlage man sie in ein feuchtes Tuch, umhülle sie darüber mit einem leichten Wollentuch, gebe ihnen also eine einfache Packung — und sie werden bald einen gesunden, ruhigen Schlaf zeigen.

Kindesadern s. Blutaderngeschwülste.

Kinderkrankheiten s. die einzelnen Krankheiten.

Kinnbackenkrampf s. Starrkrampf.

Kleienflechte s. Flechte.

Klystiere sind Einspritzungen in den After. Dieselben wurden schon in den ältesten Zeiten angewendet. Bei hypochondrischen und hysterischen Leiden, Hämorrhoidal- und Unterleibsbeschwerden und Entzündungen, bei Verstopfungen und Blutandrang nach dem Kopfe, bei Schleimflüssen ꝛc. ꝛc. sind sie von großem Nutzen als ein ableitendes und deshalb beruhigendes Mittel. Man bedient sich zu denselben gewöhnlicher Klystierspritzen, deren Spitze man in den After einführt und nun das Klystier nach und nach einspritzt. Um sich jedoch nicht den Mastdarm zu verletzen, muß man Sorge tragen, das obere Ende zu halten und darauf nachzudrücken. Bequemer und in allen größeren Städten zu haben sind eigens dazu verfertigte Spritzen mit krummen Röhren oder aber sogenannte elastische Schlauchspritzen. Letztere kann man auch auf Reisen in einem kleinen Etui bei sich führen. Siehe den Art. Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens.

Kneten des Körpers s. Massage.

Kniegelenkentzündung s. Rheumatismus.

Kniegeschwulst, weiße, s. folgenden Artikel.

Knieschwamm, ein unangenehmes Leiden, welches seine Ursache hauptsächlich in skrophulöser Anlage findet. Hält man sich bei Zeiten dazu, so kann man, besonders bei Benutzung der kalten Douche, Heilung noch erzielen. Bei skrophulöser Anlage ist es selbstredend am zweckmäßigsten, durch geeignete Behandlungsweise dieser allgemeinen Säftekrankheit die Entwicklung des Knieschwammes rechtzeitig zu verhüten. Eine einfache Anwendungsform der Naturheilkunde, nämlich das bloße Reiben des Gelenkes mit der Hand, was aber kräftig geschehen und 1—2 Stunden fortgesetzt werden muß, genügt schon in vielen Fällen, den entstehenden Knieschwamm zur Vertheilung zu bringen. Derartige Reibungen und Streichungen des

Gelenkes müssen jedoch stets in der Richtung nach dem Herzen zu stattfinden. — Von den Anwendungsformen des Wassers ist, wie erwähnt, die kühle Douche die wirksamste.

Knochenauftreibung s. unter Mercurialsiechthum, Skropheln und Syphilis.

Knochenbrüche aller Art s. den Artikel Beinbruch.

Knocheneiterung s. unter Syphilis.

Knochenentzündung. Dieselbe ist entweder infolge einer äußeren Verletzung oder infolge einer Absonderung von besonderen Krankheitsstoffen entstanden, welche reizend und entzündend auf die Knochen wirken, wie z. B. bei der Gicht. Liegt der erstere Fall vor, so wird sie wie jede andere örtliche Entzündung (s. entzündliche Krankheiten, auch Quetschungen) behandelt, nämlich mit kaltem Wasser, besonders durch Umschläge. Liegt der zweite Fall vor, so sehe man bei den genannten Krankheiten nach. Siehe auch den vorhergehenden und folgenden Artikel.

Knochenfraß. Auch bei diesem schweren Leiden hat die Behandlung mit Wasser schon staunenswerthe Erfolge erzielt. So erzählt Dr. Munde einen Fall, in welchem ein junger Wagenbauer, der bereits seit 6 Jahren am Knochenfraß litt und bereits einen Theil des Fersenbeines verloren hatte, in $2^1/_2$ Monaten durch geeignete Wasser- und Diätbehandlung völlig wieder hergestellt wurde.

Eine vollständige Heilung ist nicht zu bezweifeln, wenn der Organismus noch Lebenskraft genug besitzt, eine volle Wasserkur mit häufigem starken Schwitzen und einer strengen Diät auszuhalten. Neben der streng vegetarischen Diät und dem häufigen Schwitzen in nassen Leintüchern müssen noch folgende, vorzüglich wirkende Mittel angewendet werden: Häufige Umschläge und Baden des kranken Theiles in abgeschrecktem Wasser; desgleichen Einspritzungen in die Wunde mit abgeschrecktem Wasser und reichliches Wassertrinken. — Vergl. Skropheln und Syphilis.

Knollbein s. Elephantiasis.

Knötchenflechte gehört zu denjenigen Knötchenausschlägen der Haut, welche weder eitern noch nässen und ist gewöhnlich eine Begleiterscheinung einer fehlerhaften Blut- und Säftemischung. Diese Flechtenform zeigt sich z. B. häufig bei Solchen, welche an Skrophulose leiden und besteht in hirsekorngroßen, gruppenweis bei einander stehenden, gelblichen oder bräunlichen Knötchen, die besonders an den Beugetheilen des Rumpfes oder der Gliedmaßen auftreten.

Hierher gehören auch die sogenannten Juckblätterchen, welche aus hirse- oder hanfkorngroßen Knötchen bestehen, die sich unter der Haut befinden und leichter zu fühlen als zu sehen sind und besonders an den Streckseiten der Gliedmaßen auftreten und in der Wärme heftiges Jucken verursachen. Sie sind besonders ein Folgezustand von vernachlässigter Hautpflege und dementsprechend hartnäckig. Eine ähnliche Form von Juckblätterchen entsteht durch Ungeziefer (Wanzen, Filz- und Kleiderläuse).

Behandlung s. unter Flechten und Hautausschläge.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Kolik. Hiermit bezeichnet man die in einzelnen Anfällen auftretenden, äußerst heftigen, umherziehenden, schneidenden, bald kneipenden, bald drückenden, bald zusammenschnürenden, mehr oder minder heftigen Schmerzen im Unterleibe, welche den Kranken zwingen, sich zu krümmen. Nebenher geht ein Gefühl des Zusammenschnürens und Zusammenwindens des Nabels. Es liegt diesen Krankheits-Erscheinungen keine organische Veränderung, sondern eine krankhafte Erregung der Empfindungsnerven des Darmkanals zu Grunde; ein gegen den Unterleib ausgeübter Druck verringert dieselben. Die Haut des Unterleibes wird einwärts und krampfhaft zusammengezogen. Unähnlich dem vorübergehenden Bauchgrimmen, sind die Schmerzen andauernd und sehr heftig. Eine gewöhnliche Begleiterscheinung ist harte Stuhlverstopfung. Erbrechen ist ebenfalls vorhanden. Fieber fehlt im Allgemeinen, stellt sich aber bei heftigen Anfällen ein; auch kann, wenn die Krämpfe von längerer Dauer sind, ein gewisser Grad von Entzündung entstehen. — Die Kolik unterscheidet sich jedoch in manchen Symptomen von der Darmentzündung (man vergleiche diese).

Die Kolik entsteht in Folge des Genusses von gährenden Getränken oder in Zersetzung übergehender, verdorbener Speisen; ferner von scharfen Stoffen, von Kothanhäufungen in Folge von langer Stuhlverhaltung, Entstehung von Gasen ꝛc. ꝛc., also durch direkte Reizung der Empfindungsnerven. Sie kann jedoch auch indirekt durch Ueberstrahlung aus anderen Nervengebieten, besonders bei Erkrankung der weiblichen Geschlechtsorgane entstehen, daher die hysterische Kolik mit massenhafter Gasanhäufung, die Menstruationskolik bei Blutüberfüllung der weiblichen Organe, die Hämorrhoidalkolik, welche bisweilen Hämorrhoidalblutungen vorausgeht und die sogenannte rheumatische Kolik nach Erkältungen der Haut, der Füße u. s. w. — Die Kolik kann auch rein örtliche Ursachen haben, z. B. verschluckte scharfe und spitze Dinge, Darmverschlingung oder einen eingeklemmten Bruch, ist in diesem Falle von großer Bedeutung und kann, falls sie besonders heftig und hartnäckig ist, lebensgefährlich werden. Baldiges Nachsuchen ärztlicher Hilfe ist hier nothwendig.

Endlich kann die Kolik durch Einwirkung von Giften (Kupfer- und Bleivergiftung) entstehen. — Wie schon erwähnt, tritt die Kolik in einzelnen Anfällen von $^1/_4$—$^1/_2$stündiger Dauer auf und verschwindet gewöhnlich mit Abgang von Gas nach oben und unten. Der Kranke ist bleich und kühl, sein Gesicht von Angstschweiß bedeckt, der Athem geht schwer, die Bauchdecken sind gespannt, der Puls ist klein und aussetzend; Drang zum Stuhl und Harnen ist vorhanden; die Gesichtszüge sind schmerzhaft verzogen.

Behandlung. In Folge der, wie erwähnt, nach oben und unten abgehenden Winde kommt es oft vor, daß man anfangs jede Kolik nur für verhaltene Winde hält. Flugs sind Nachbarn, Muhmen und Tanten mit Magentropfen und sonstigen Tränklein bei der Hand, um dem Uebel „zu Leibe“ zu gehen. Nichts ist verkehrter, und wenig Irrthümer können eine so gefährliche Wendung zum Schlechten herbeiführen. Denn wenn auch noch keine wirkliche Unterleibsentzündung vorhanden ist, so besteht

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

doch außergewöhnlicher Blutandrang, Blutstockung und Blutüberfüllung des Unterleibes.

Durch jene erhitzenden und erregenden Mittelchen wird dann gerade das, was verhindert werden soll — nämlich steigender Andrang des Blutes — gewaltsam herbeigeführt, und die natürliche Folge davon kann eine lebensgefährliche Unterleibsentzündung werden, was bei milden Anwendungsformen der Naturheilkunde durchaus vermieden wird. — Wie bei jeder anderen Krankheit, so hat sich auch ganz besonders hier die Behandlung ganz nach der der Kolik zu Grunde liegenden mutmaßlichen Ursache zu richten, und muß daher mehr oder minder kräftigend und umstimmend, ableitend oder beruhigend eingerichtet werden.

Niemals wird irgend ein Nachteil für den Kranken entstehen, wenn man durchaus milde und reizlos bei der Behandlung verfährt. Zur Linderung des vorhandenen Krampfzustandes werden schleimige Getränke (Hafer- und Gerstenschleim, denen viel salzlose Butter beigefügt wird) sofort die besten Dienste thun. Diese Getränke sind aber mehr kühl als warm zu geben. Sanftes, leises Streichen der Gedärme von rechts nach links wird dieselben von den in ihnen befindlichen Unreinigkeiten befreien, und genügt allein schon oft, um den krankhaften Zustand vollständig zu beheben.

Abgesehen von sehr reizbaren, schwachnervigen Personen spielt auch bei der Behandlung der Kolik das kühle Wasser eine hervorragende Rolle. Denn durch dasselbe wird nicht nur eine etwa drohende Entzündung hintangehalten, sondern auch eine schnelle Beseitigung des vorhandenen Krampfzustandes herbeigeführt. Es ist eine häufig vorkommende Thatsache, daß die Gewöhnung an reichliches Wassertrinken Personen, die oft an Magenkrampf sowohl als auch an Kolik leiden, dauernd von diesen Leiden befreite. Ein gewöhnlicher Kolikanfall weicht in den meisten Fällen reichlichem Wassergenusse, und — falls dieser noch nicht genügen sollte, verfehlt die Anwendung von Sitzbädern niemals ihre Wirkung. Besonders ist dies bei der Windkolik der Fall, falls nämlich der Anfall durch Blähungen entstanden oder als eine Folge von schwacher Verdauung zu betrachten ist. Dauer der Sitzbäder ist 1—1½ Stunde, d. h. bis der Anfall vorüber ist; die Temperatur richtet sich nach dem Befinden des Kranken, d. h. nach dem vorhandenen Grade des Fiebers, und kann von abgeschrecktem Wasser oder auch — wenn Entzündung droht, noch kühler genommen werden. Während des Sitzbades sind der Unterleib, die Schenkel, Waden und Fußsohlen andauernd mit den Händen zu reiben und soll der Patient während dessen kühles Wasser so reichlich als möglich zu sich nehmen. Nach dem Sitzbade ist ein nach Befinden mit etwas reinem Speiseöl vermischtes Klystier zu geben, worauf der Kranke sich in das vorher erwärmte Bett legt. Nach einer tüchtigen Frottirung des ganzen Körpers erhält er einen Leibumschlag, je nach Befinden mit aufgelegten, oft zu wechselnden heißen Tellern oder Stürzen. Desgleichen sind heiße Steine oder Wärm-

flaschen an die Füße zu legen, und auf die baldige Erwärmung derselben ein besonderes Augenmerk zu richten.

Bei großer Heftigkeit der Schmerzen, erzeugt durch übermäßige Anhäufung von Blähungen, sind Sitzbäder und kalte Klystiere streng zu vermeiden, und ist der Kranke entweder — wenn vorhanden — mit Schnee zu reiben oder es sind ihm heiße, oft zu wechselnde Umschläge zu machen. Eine halbe Stunde ist genügend zur vollständigen Beseitigung des Uebels. Reizende und blähende Speisen und Getränke sind verboten. Die Diät soll leicht verdaulich, mild, durchaus kühlend und am besten schleimig, vermischt mit mildem Fette, sein, am besten Hafer- oder Gerstenschleim. Kann nach längerer Verhaltung die Galle wieder unbehindert in den Darmkanal einfließen, so entsteht die sogenannte Gallenkolik. Bei derselben ist fast immer hartnäckige Verstopfung vorhanden, außerdem mehr oder weniger heftiges Fieber, heftiges Würgen und Erbrechen und starke Schmerzen in der Gegend des Nabels. Die Natur hilft sich auch in diesem Falle durch heftige Entleerungen entweder nach oben durch galliges Erbrechen oder nach unten durch galligen Durchfall. Behandlung siehe unter Durchfall.

Sind Brüche vorhanden, oder kann man Neigung zu denselben mutmaßen, so versäume man nicht, die Weichen und die Bauchdecke vorsichtig zu untersuchen. Kleine Brüche sind schwer rein äußerlich zu erkennen und müssen durch vorsichtiges Betasten festgestellt werden. Tritt nach einem Fall, heftigem Sturz, nach schwerem Lastheben und dergleichen plötzlich eine Kolik auf, und zeigen sich dabei die ersten Schmerzen an einer einzigen Stelle, so kann man mit Sicherheit einen entstandenen oder einen eingeklemmten Bruch vermuten. Mit ähnlichen Erscheinungen beginnt die Darmverschlingung. In beiden Fällen kann bei vernachlässigter Hilfe der Brand eintreten, mithin der Tod. Näheres siehe unter Bruch.

Hierher gehört auch die Blähsucht oder Trommelsucht, welche eine in geringerem oder häufigerem Grade vorkommende Gasansammlung im Darmkanale ist. Dieselbe kommt besonders häufig bei Kindern vor, bei denen sie sich durch Kollern im Leibe, lebhafte Unruhe, hörbaren Abgang von Winden, und — falls dieselben ausbleiben — durch kurzes Atmen und Aufgetriebensein des Leibes, besonders unter den Rippen, zeigt. Die Kinder sind äußerst unruhig, winden und krümmen sich, ziehen die Beinchen hinauf, verzerren das Gesicht und weinen und wimmern in kläglicher Weise. Wird ihnen die Brust geboten, so stoßen sie dieselbe entweder zurück, oder — falls man das Kind aufrecht stellt, saugen an derselben, bis sie genug haben. Oft ist Verstopfung, manchmal auch Durchfall vorhanden. Nach jedem Stuhl vermehren sich die Schmerzen, und der After wird bald von den scharfen und ätzenden Entleerungen wund.

Die Ursachen dieser Blähsucht bilden bei Erwachsenen blähende und gährende Substanzen, z. B. junges Bier, Kohlarten, Hülsenfrüchte. Auch kommen sie häufig vor bei katarrhalischen Magenzuständen, bei Kothanhäufungen im Darm; im Allgemeinen bei einer mehr sitzenden Lebensweise und dadurch bedingter mangelhafter Bethätigung des gesammten

Verdauungsapparates. — Die Trommelsucht ist nicht selten eine Begleiterscheinung des Typhus und der Bauchfellentzündung; in höheren Graden eine Vorläuferin des Todes. — Die Ursachen der Blähungen und der Kolik bei Kindern sind zu suchen in Diätfehlern irgend welcher Art, also in dem Kinde aus mancherlei Gründen nicht zusagender Milch. Entweder fand eine Erkältung des Kindes oder der Säugenden statt, oder aber, es wirkten heftige Leidenschaften, Schreck, Zorn, Aerger der Letzteren in schädlicher Weise auf die Milch ein.

Im Allgemeinen sind die Anfälle bei den Kindern von keiner besonderen Bedeutung und verschwinden von selbst bei zunehmender Stärkung der Verdauungsorgane. Sind dieselben aber sehr heftig, oder von ununterbrochener Dauer, vermehren sie sich schon bei schwacher äußerer Berührung, so kann leicht Darmentzündung oder eine Darmverschlingung entstehen. Die Kinder müssen dann kleinere Klystiere von lauem Wasser oder noch besser Haferschleim erhalten, der Leib muß warm gehalten und in erster Linie die Diät sorgsam geregelt werden. Kann das Kind die Milch nicht vertragen, so setze man mit derselben aus und gebe ihm reinen, in Wasser gekochten Haferschleim, welcher weiterhin mit etwas Milch zu vermischen ist. Diese Kost ernährt das Kind vollständig und es wird sich sehr bald dabei erholen; der Stuhl wird aufhören, grünlich und übelriechend (von den unverdaut abgehenden Milchresten) zu sein, die Verdauungswerkzeuge werden ihre gewohnte Thätigkeit verrichten und der Schlaf wird ruhig und erquickend sein. Durch diese Diät sowie sorgfältig ausgesuchte milde Ernährung und geistige Diät der Stillenden werden auch die im anderen Falle so häufigen Rückfälle der Kolik bei Kindern vermieden werden.

Kopfbäder sind ein oft angewendetes Wasserheilmittel bei Kopf- und Augenleiden, besonders bei hartnäckigen rheumatischen Leiden des Kopfes, bei rheumatischer Augenentzündung, Taubheit, Geschmack- und Geruchlosigkeit. Es wirkt theils ableitend, theils beruhigend. Oftmals wird es auch gegen Blutandrang (Congestionen) nach dem Kopfe angewendet. Während es im Allgemeinen eine Dauer von circa 15 Minuten hat, darf es im letzteren Falle nicht länger als einige Minuten dauern und muß darnach eine Bewegung in freier Luft und im Schatten stattfinden.

Die Anwendungsweise der Kopfbäder ist folgende: Man nimmt eine große und tiefe Schüssel, die man entweder neben sich auf einen Tisch stellt, und dann erst die eine, sodann die andere Seite des Kopfes und zuletzt den Hinterkopf hineinlegt oder aber man legt sich auf eine Matratze, die auf dem Boden ausgebreitet ist; an deren oberes Ende stellt man die Schüssel und nimmt das Bad wie oben angegeben. Letztere Methode ist bequemer, doch ist bei Congestionen die erstere vorzuziehen.

Kopfcongestionen. Wie schon in dem Artikel „Congestionen" im Allgemeinen gesagt worden ist, bestehen dieselben in einem krankhaft vermehrten Blutandrange nach einem Körpertheile, im vorliegenden Falle also nach dem Kopfe. Steigert sich dieser Blutandrang zu einer besonderen

Höhe, so werden dadurch Sinnestäuschungen, Delirien, Schwindel, Bewußtlosigkeit erzeugt. Ja, es können selbst Hirnentzündung und Blutschlagfluß die unmittelbare Folge bilden.

Die Ursache dieses Leidens kann zunächst eine natürliche Veranlagung zu demselben sein. Ferner Unmäßigkeit im Essen und Trinken, geschlechtliche Ausschweifungen, hitzige Getränke, zu langes Tafeln, Bücken, zu eng sitzende und deshalb die Lungen- und Herzthätigkeit gewaltsam erhöhende Kleidungsstücke, ferner cholerisches Temperament, übermäßige geistige Anstrengungen, schließlich einzelne besondere Krankheiten, wie Husten, Nervenfieber und Unterleibsleiden aller Art.

Die Behandlung erfordert sorgfältige Beachtung der etwaigen Ursachen und strenge und konsequente Vermeidung oder doch Einschränkung derselben. Die Diät soll eine milde, nicht erregende sein. Geistige Getränke sind, je nach ihrer für den Betreffenden mehr oder minder erregenden Wirkung völlig oder teilweise zu meiden. Strenge Beachtung der Verdauungsthätigkeit, nötigenfalls Nachhilfe durch milde Klystiere oder Speisen wie: Pflaumenmus (jeden Abend etwas in kaltem Wasser verrührt und getrunken), Feigen, Datteln, säuerliche Aepfel nach dem Mittagessen und vor dem Schlafengehen. — Die Anwendungsformen des Wassers müssen teils ableitend und beruhigend, theils entzündungswidrig oder stärkend sein. Formelle Vorschriften lassen sich auch hier nicht geben, sondern es müssen die Maßnahmen durchaus der individuellen Natur des Kranken angepaßt sein und die Winke, welche die Natur in dieser Hinsicht giebt, sorgsam beachtet werden. Alle heftigen Anwendungsformen sind vom Uebel und würden das Blutleben nur von Neuem beunruhigen und erregen. Gerade bei dem vorliegenden Leiden finden leider die größten Mißbräuche statt, indem z. B. der Kranke, statt daß für ihn eine gelinde Behandlungsweise — wie es seine Vollblütigkeit nothwendig macht — gewählt wird, nach dem Schweiße rücksichtslos in eine kalte Wanne steigen muß. Die fatalsten Folgen beweisen dann zu spät die Verkehrtheit solcher Verordnungen. Denn es liegt ja auf der Hand, daß, da durch das kalte Wasser das Blut von der Oberfläche der Haut nach den edleren inneren Organen gedrängt wird, üble Wirkungen aller Art unausbleiblich sein müssen. Desgleichen wirkt eine starke Schwitzkur, sowie eine stark nährende, reichlich bemessene Kost begünstigend auf die Verstärkung des Leidens.

Man befleißige sich, wie gesagt, einer einfachen, leichten und kühlen Diät, esse mäßig, trinke, wenn möglich, Wasser, doch nicht zu viel, man kleide sich leicht, schlafe unter leichten Decken und Betten und hüte sich vor Ueberanstrengungen aller Art, sowohl körperlich als geistig. Des Morgens ist eine Ganzpackung von nicht zu langer Dauer vorzunehmen (ganz nach Wohlbefinden des Patienten); während derselben ist jedoch der Kopf mit häufig zu wechselnden Umschlägen zu bedecken, außerdem sollen alle Aufregungen vermieden und bei Neigung oder Anlaß hierzu sofort kühles Wasser getrunken werden. Nach der Schwitzpackung ist eine feuchtkühle Abreibung, nach Befinden (falls der Blutandrang nach dem Kopfe

noch sehr heftig ist) ein Sitzbad mit fortgesetzten Kopfkompressen zu nehmen. Sodann leichte Bewegung in frischer Luft. Das Sitzbad ist, bis der Kopf kühl ist, noch öfter zu wiederholen, bis der Patient endgiltig in das erwärmte Bett gebracht wird.

Kühle Klystiere, besonders bei Verdauungsstörungen, sind von vortrefflicher Wirkung. Dieselben müssen morgens und abends gegeben werden. Verbindet man mit diesen Klystieren noch Fußbäder, kühle Abwaschungen, Sitzbäder und eine Diät, wie oben erwähnt worden, so genügt dies oft zur völligen Herstellung des Patienten.

Treten die Congestionen sehr heftig auf, so sucht die Naturheilkraft durch Ausbruch eines starken, natürlichen (also nicht durch Packungen erst erzeugten) Schweißes die Blutcirculation in ihre natürlichen Bahnen zu leiten. Wesentlich gefördert werden diese Schweiße durch Packungen, neben welchen erregende Umschläge um den Unterleib, sowie kühle Klystiere die Wirkung noch erhöhen.

Da die Congestionen häufig ihre Ursache in Störungen der Menstruation haben, so verlieren sie sofort an ihrer Heftigkeit oder hören gänzlich auf, sobald die fehlende oder unterdrückt gewesene Blutung eingetreten ist. Durch warme Fußbäder bis zu den Knieen hinauf, durch Umschläge um den Unterleib und Magen, sowie Klystiere wird auch hier den Heilbestrebungen der Natur wirksam vorgearbeitet.

War eine Ueberfüllung des Mastdarmes und Stuhlverhaltung vorhanden, so tritt die Krisis durch starke Darmentleerungen ein. Auch hier leisten selbstredend Klystiere, Sitz- und Fußbäder, sowie Knetung des Dickdarmes und kreisförmige Massage des Leibes treffliche Dienste. Sollte der Schlaf während des Auftretens kritischer Erscheinungen sehr unruhig werden, so wende man schleunigst Packungen, Klystiere und überhaupt ableitende Maßnahmen an.

Kopfgicht. In dem Artikel Gicht ist die Behandlung dieses Leidens bereits eingehend besprochen. Vergl. auch Ausspülen des Mundes. Bei schwachnervigen Personen und Solchen, welche sich durch Ausschweifungen aller Art sowie geistige Ueberanstrengungen geschwächt haben, dürfen die dort erwähnten Maßnahmen nur in mildester Weise Anwendung finden. Die Kopfhaut muß in allmäliger Weise und zwar durch kühles und kühleres Verhalten, Waschungen, Umschläge, Kopfbäder 2c. abgehärtet und gestärkt werden. Ableitung nach den Füßen durch Warmhalten derselben sowie fleißiges Gehen ist eine Hauptsache. Man suche auf jede Art und Weise die Blutcirculation in denselben zu unterhalten und zu erhöhen, indem man sie oft wäscht, bürstet oder schlägt. Bei mehr vollblütigen Personen wird ein Sohlenbad mit kaltem Wasser und von ganz kurzer Dauer genügende Wirkung thun. Blutarme Personen müssen zu diesem Behufe warme Temperaturen, also warme Fußbäder, Wärmflaschen 2c. anwenden. — Bei entzündlichen Anfällen haben länger andauernde Sitz- und Halbbäder, sowie vieles Wassertrinken sehr gute Dienste geleistet.

Kopfgrind. Schon unter Grind haben wir ausgeführt, daß die

vielseitigen Arten dieses Leidens eine durchgreifende Wasserkur, verbunden mit einer angemessenen Diät notwendig machen. Alle Salbenschmiererei ist schädlich, weil sie die Thätigkeit der Haut unterdrückt und das Bestreben der Natur verhindert, die schlechten Säfte auszuscheiden und dadurch edlere innere Organe von denselben zu entlasten. Während der verschiedenen Wasseranwendungsformen (Sitzbäder, Packungen des ganzen Körpers) hat man auch um den Kopf einen feuchten Umschlag zu legen, welcher mit einer Art wollenen Kappe zu bedecken ist. Wird dem Kranken unter der Kappe das Grimmen und Jucken unerträglich, so ist dieselbe zu wechseln. Weiterhin sind kühlere Waschungen zur Stärkung und Abhärtung der Kopfhaut erforderlich.

Kopfschmerzen. Dieselben sind in der Mehrzahl ein Symptom von Magen- und Unterleibsleiden (Hysterie und Hypochondrie), können jedoch noch vielseitige Ursachen anderer Art haben. Sie können sowohl von einer Blutvermehrung, als auch von einer Blutverminderung im Gehirn herrühren, durch Reizung der Hirnthätigkeit infolge übermäßigen Denkens, durch Erkrankungen des Gehirns, Entzündungen oder Geschwülste entstanden sein. Die Beurtheilung der Ursache der Kopfschmerzen ist eine höchst schwierige, da die Kranken oft selbst nicht genau anzugeben wissen, wie ihnen zu Muthe ist, auch ihre Angaben oft launenhaft ändern und dadurch die Sache nur noch verwickelter machen. Im Allgemeinen muß man nach der Körperkonstitution der Betreffenden und sonstigen vorhandenen Leiden des Magens und der Unterleibsorgane (Menstruationsstörungen) forschen, um den Dingen thunlichst auf den Grund zu kommen. Der nervöse Kopfschmerz, Kopfkrampf oder Migräne nimmt gewöhnlich nur eine Seite oder bestimmte Stelle des Kopfes ein. Gähnen, Frösteln, Verstimmung gehen gewöhnlich einem Anfalle voraus, alsdann folgen erst mäßige, weiterhin sich steigernde, bohrende oder drückende Schmerzen im Kopfe. Große Empfindlichkeit des Gesichts und Gehörs ist vorhanden; oft auch Uebelkeit, Würgen, Brechneigung, Erbrechen des Genossenen oder einer übelschmeckenden, bitteren, grünen, saueren Flüssigkeit, worauf Nachlaß der Schmerzen erfolgt. Hierauf verfallen die Kranken meist in einen längeren Schlaf, aus dem sie schmerzfrei aber sehr angegriffen erwachen. Die Dauer des Anfalles ist 6—24 Stunden und kehrt zu bestimmten Zeiten wieder, bei Frauen gewöhnlich unmittelbar vor der Periode. Doch werden Anfälle auch durch Kälte, Aerger oder Aufregung hervorgerufen. Das Leiden ist, besonders bei bleichsüchtigen, hysterischen Frauen erblich: auch geistige Anstrengungen und vorwiegend sitzende Lebensweise disponiren dazu.

In einem Kopfe, in welchem die Migräne ihren Einzug gehalten hat, führten wir schon in unserer „Zukunftsmedizin" an, in einem solchen Kopfe arbeitet der Schmerz mit allen erdenklichen Variationen, so daß die Patienten in ihrem Schmerz nur insofern einige Abwechslung haben, als einmal die Empfindung auftritt, als ob die Kopfknochen mit einer Säge in die feinsten Fourniere geschnitten würden, bald wieder das Gefühl vorherrscht, als ob der Kopf mit aufquellenden Erbsen gefüllt sei und diese,

immer stärker und stärker aufquellend, die Kopfknochen von innen allmälig — aber ganz allmälig — auseinander treiben! — Kurz, es hämmert und pocht, zwickt und schraubt und raspelt im Kopfe wie in einer Maschinenwerkstätte; jeder, selbst der harmloseste Gedanke bringt im Gehirn ungefähr dieselbe Wirkung hervor, wie eine spanische Fliege, und jedes allzu laut gesprochene Wort fährt gleich einer eisernen Brechstange durch das Gehirn. — Die Schädelhöhle ist zu einer förmlichen Folterkammer geworden, in welcher die Monotonie eines gleichmäßigen und gleichartigen Schmerzes dadurch unterbrochen ist, daß das Gehirn in dem einen Augenblick mit Daumenschrauben traktirt, im nächsten Augenblick mit glühenden Zangen gezwickt wird.

Die Angaben und Versicherungen der Patientinnen sind die einzigen Anhaltspunkte zur Beurtheilung des vorhandenen Zustandes. Aber so hoch man dieselben auch schätzen mag, so legen sie doch alle beweiskräftigen Momente in die Sphäre der Subjektivität, in die Sphäre des Individuums, und noch dazu in die Sphäre einer kranken Persönlichkeit; kein einziges sinnliches objektives Merkmal besteht, um eine auf objektive Wahrnehmungen begründete, wissenschaftliche Diagnose machen zu können. Giebt es schon kein Mittel, um den Schmerz überhaupt als solchen mit wissenschaftlicher Sicherheit konstatiren zu können, so ist es noch weit weniger möglich, den Grad, die Art und den Sitz eines schmerzhaften Nervenübels festzustellen. Es giebt Krankheiten, deren Entstehungsursachen, deren Anzeichen und Begleiterscheinungen, deren Umlauf und Ausgang, deren Heilbarkeit oder Unheilbarkeit der Arzt genau kennt; bei der Migräne ist er schon hinsichtlich der Entstehungsursache am Ende seines Wissens. Selbst Erfahrungen, welche in neunundneunzig Fällen sich bestätigen, werden im hundertsten Falle durch die Eigenart des Verlaufs dieser hundertsten Migräne förmlich verhöhnt. Es ist eben nicht möglich, ein zutreffendes Krankheitsbild von der Migräne zu entwerfen.

Wie jede Dame ihr eigenes Köpfchen hat, so hat auch jede Patientin ihre eigenartige Migräne; die physische Individualität, die Verfassung des Gemütes, das Geartetsein des Temperamentes üben, kaum wie bei irgend einem anderen Unwohlsein, tiefgehenden Einfluß.

Was ist Migräne nun eigentlich? Ein bloßes Nervenleiden? Sie wird allerdings demselben gewöhnlich zugesellt, trotz verschiedener, durch die Art ihres Verlaufes gegebenen Widersprüche und man rechnet sie wohl mehr deshalb den periodisch wiederkehrenden Nervenschmerzen zu, den sogenannten Neuralgien, weil man sonst gar nicht wüßte, was man mit ihr anfangen sollte. Wenn aber die Migräne eine Neuralgie sein soll, warum sind denn gerade die Männer frei von dieser häßlichsten aller Neuralgien, während die Männer doch an anderen Neuralgien leiden? Und nähme die Migräne in der That ihren Ausgangspunkt vom Magen! Wie viele Männer sind magenleidend, und begehen etwa die Männer keine Diätfehler, um sich einer Migräne würdig zu machen?

Behandlung. Gegen Krankheiten, welche von selbst heilen, werden

beständig geheimgehaltene Radikalheilmittel erfunden, ebenso gegen vollständig unheilbare Krankheiten, an denen der Patient früher oder später zu Grunde geht, folglich nicht mehr gegen den Humbug zu protestiren vermag; aber gegen die Migräne hat man wohl eine Menge Reinigungsmittel, Brechmittel, Betäubungsmittel, überhaupt viel, was auf „Mittel" endigt, nur keine Heilmittel. Auch früher besaß die Heilwissenschaft eine Legion von Mitteln gegen die Migräne, Mittel, welche sich unter allen übrigen Medikamenten besonders dadurch auszeichneten, daß sie nichts halfen; die Mittel, welche die heutige Arzneimittellehre anstandshalber vorführt, unterscheiden sich von jenen früheren nur durch ihre geringe Anzahl, an Nichtsnützigkeit sind sie dagegen jenen vollständig ebenbürtig.

Aber die Menge der Heil- und Linderungsmittel, welche die Migränepatientinnen selbst gefunden und entdeckt haben, ist ebenfalls Legion und der dabei aufgewendete Scharfsinn und Erfindungsgeist der Damen ist geradezu bewunderungswürdig. Es ist beispielsweise eine Erfahrungsthatsache, daß in vielen Fällen die Seite des Kopfes, welche von der Migräne befallen ist, möglichst tief liegen muß, um merkliche Linderung zu erhalten, und welche verschiedene Attituden, welche abenteuerlichen Einfälle, um diesen Zweck, Linderung der Schmerzen, zu erreichen! Welche feinen Beobachtungen, welches Studium der eigenen Leiden bis in's feinste Detail, um — ausgerüstet mit solchen Erfahrungen und genauer Kenntnis der eigenen Migräne, den Zustand erträglich zu machen; bei jeder Patientin eine andere Taktik, eine eigenartige Methode, um sich mit der verwünschten Migräne auf leidlich guten Fuß zu stellen.

Es giebt eine Anzahl von Fällen, in denen die Ursache der Migräne nachweisbar ist und wo, wenn diese Ursache entfernt wird, vollständige und dauernde Heilung erzielt wird. Hierdurch allein schon ist der Beweis geliefert, daß die Migräne mehr als eine Ursache hat. Gerade diese Fälle nun, in denen die Migräne heilbar ist, bestimmen uns, ein Mittel mitzutheilen, welches wir schon weiter oben andeuteten, und welches eine nicht genau bestimmbare Anzahl von Migräneanfällen vollständig zu heilen vermag; dieses Mittel besteht darin, daß sich sämmtliche Migränepatientinnen die Frage vorlegen: „Warum denn eigentlich die Männer nicht an Migräne leiden?" — und hierüber gefälligst nachzudenken! —

Schon aus dieser Andeutung geht hervor, daß die Behandlung der Migräne in der Hauptsache vorbeugend sein muß. Es sind zu vermeiden: Erkältungen, Gemüthsbewegungen, starke geistige Anstrengungen, und Diätfehler. Ferner sind Störungen in der Menstruation sorgsamst zu beachten und ist für dieselben sofort das Nothwendige zu thun, damit das Uebel nicht noch ärger wird. Reizlose Kost, fleißige Körperbewegung, Vermeidung aufregender Getränke (Kaffee, Chocolade) jeder Art leisten viel, am meisten jedoch kühle Bäder und überhaupt eine beeiferte Hautpflege von Jugend auf. Einmal ausgebrochene Anfälle lassen sich wohl abkürzen, jedoch nur in seltenen Fällen unterdrücken, kalte Umschläge auf den Kopf, oder, wenn diese nicht vertragen werden, Einhüllung des Kopfes

in Werg, Baumwolle oder Seide, sind angezeigt. Auch Fuß- oder Sitzbäder werden mit Nutzen angewendet.

Im Allgemeinen muß die Behandlung der Kopfschmerzen sich nach den gegebenen Ursachen richten. Sind sie hervorgerufen durch Blutvermehrung im Gehirn, so muß die Behandlung eine ableitende (s. Kopfcongestionen) sein; ist eine Blutverminderung im Gehirn die Ursache, so muß das angewendete Verfahren ein kräftesparendes, mild erregendes und Blut vermehrendes sein. Ist der regelwidrig functionirende Magen der schuldige Theil, so behandle man diesen (s. Magenleiden), ist eine allgemeine Nervosität vorhanden, vielleicht erzeugt durch überanstrengende Hirnarbeit, so setze man hier den therapeutischen Hebel an und beseitige durch Herabminderung der geistigen Thätigkeit und allgemeine Hebung des Nervenlebens auch eine seiner unausbleiblichen Wirkungen: den Kopfschmerz. Die Behandlung muß jedem einzelnen Fall besonders angepaßt, also streng individuell sein. Spezielle Anordnungen zu geben, wäre ebensosehr Kurpfuscherei wie die „Heilungsweise" der Allopathie, welche für „Kopfschmerzen" ihre bestimmten Arzneien hat.

Bei rheumatischen Kopfschmerzen sind Umschläge um Stirn und Schläfe zu tragen, oft zu wechseln und nach Befinden Tag und Nacht zu belassen. Auch hier leisten Fuß- und Sitzbäder, und, wenn Verstopfung vorhanden, Klystiere treffliche Dienste.

Kopfverletzungen s. unter Hirnentzündung.

Körperhitze s. Hitze des Körpers.

Kragen, spanischer, s. unter Tripper, Entzündung der Vorhaut.

Kothbrechen. Treten nach hartnäckiger Stuhlverstopfung heftige Kolikschmerzen auf, welche periodisch sich einstellen und verschwinden, wobei die heftigen, drängenden, wehenartigen Schmerzen stetig zunehmen, wird das Gesicht entstellt und blaß, die Haut, namentlich an den Händen, kühl, der Puls klein, so ist die Thatsache nicht ausgeschlossen, daß eine Verstopfung des Darmes stattgefunden hat, möglicher Weise durch ein Hindernis, welches die ärztliche Kunst nicht zu überwinden vermag. Zu den Schmerzanfällen gesellt sich dann gar bald große Uebelkeit und es werden mehr oder weniger große Massen Koth erbrochen. — Es giebt Fälle, in denen ein derartiges Kothbrechen 8—14 Tage und noch länger dauern kann. Wird das Hindernis durch die Kraftanstrengung des Organismus beseitigt (s. unter Kolik), so kehrt die Natur sehr bald zu der natürlichen Bethätigung ihrer Funktion zurück. Im anderen Falle ist der Tod eine unausbleibliche Folge. „Man sieht", sagt Watson, „wie große Darmknäuel, so groß wie eines Mannes Arm, sich in die Höhe heben und, großen Schlangen ähnlich, mit Gelärm und Kollern sich darin um und um wälzen. Der ausgedehnte Darm kämpft mit aller Macht gegen die darin befindliche Verschanzung an; — der Kampf aber ist ein vergeblicher." Die Kranken verfallen, kalter Schweiß bedeckt das schmutzig grau gefärbte Gesicht, der Puls wird matt, und sie gehen an Erschöpfung zu Grunde.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Kothgeschwulst. Dieselbe besteht in einem entzündlichen Zustande des in der rechtseitigen unteren Bauchgegend (Darmbein) liegenden Blinddarmes, der gewöhnlich durch die Anhäufung von verhärteten Kothmassen in dem sackartigen Teile des verhärteten Blinddarmes entsteht. – – Es tritt eine große Empfindlichkeit und Spannung in der betreffenden Bauchgegend ein; bei Befühlung der betreffenden Gegend merkt man eine meist höckrige, längliche, etwas empfindliche Geschwulst; es wechselt Verstopfung und Diarrhöe, durch welche ziemlich feste, knollige Massen nebst flüssigen Bestandteilen ausgeschieden werden. Ist auch das Bauchfell des Blinddarms in Mitleidenschaft gezogen (örtliche Bauchfellentzündung), so ist die betreffende Stelle sehr empfindlich und bei Druck sehr schmerzhaft, die Geschwulst glatt und unbeweglich, der Athem des Patienten zeigt deutlichen Kothgeruch. Außerdem ist hartnäckige Kothverhaltung, Brechreiz und heftiges Fieber vorhanden.

Die Behandlung muß in Packungen des Leibes, in schleimigen Klystieren (nach jedem Klystier ein kühles sog. Bleibeklystier) und in Massage des Dickdarmes bestehen, also in Streichen und Drücken desselben in der Richtung von rechts nach links, damit die festsitzenden Kothmassen in Bewegung kommen. Bei höheren Graden der Entzündung wende man oft gewechselte Compressen an. In der Diät sollen alle festen Speisen vermieden werden und soll dieselbe hauptsächlich nur aus Buttermilch bestehen. Bei Behandlung mit Arzneien tritt leicht der Tod ein. (Siehe Kothbrechen.

Krämpfe. Unter Krämpfen versteht man nicht vom Willenseinfluß abhängige Zuckungen oder Muskelzusammenziehungen. Dieselben gehen aus vom Gehirn oder Rückenmarke oder einzelnen durch Verletzungen ꝛc. gereizten Empfindungsnerven (Zahnen bei Kindern) oder entstehen in Folge von Wundreiz, Stuhlverhaltung, hochgradiger Blutleere, sowie auch Blutüberfüllung des Gehirns, physischem Reiz, wie Schreck, Zorn ꝛc. Die nächste Folge häufiger Krämpfe, d. h. wenn die Reizbarkeit der Nerven im Sinken begriffen ist, Zittern, Schwäche und endgültig Lähmung. Frauen und Kinder werden am häufigsten vom Krampf befallen, weil ihr ganzes Nervensystem viel sensibler als dasjenige des Mannes veranlagt ist. Aus demselben Grunde haben aber auch bei ihnen die Krämpfe geringere Bedeutung als bei den Männern. Oft sind es allein schon Blähungen oder Würmer, welche einen Krampfanfall hervorrufen, desgleichen das Zahnen der Kinder.

Es giebt Starrkrämpfe und Zuckkrämpfe. In seltenen Ausnahmefällen tritt während der Krampfanfälle der Tod ein, doch findet immer eine hochgradige Ueberreizung und dementsprechender übermäßiger Verbrauch der Nervenkraft statt.

1) Mimischer Gesichtskrampf: Derselbe besteht in unaufhörlichen Zuckungen einzelner Gesichtsmuskeln (Gesichterschneiden), die z. B. durch Versuche zu sprechen, hervorgerufen werden und im Schlafe sich mäßigen oder ganz aufhören. Ursachen sind Verwundungen, Quetschungen, heftige

Erkältungen der Gesichtsnerven, aber auch Gebärmutter-, Eierstocks- und Wurmleiden. Der Gesichtskrampf ist in der Mehrzahl der Fälle nur üble Angewohnheit. Behandlung siehe Krämpfe überhaupt.

2) Hals- und Nackenkrampf. Die von den sogenannten Beinnerven ausgehenden Krampfzustände treffen meist zwei Muskeln, den Kopfnicker und den Nackenmuskel. Beim ersteren entsteht der sogenannte Schiefhals; Versuche, den Kopf gerade zu richten, erzeugen Schmerz.

Nach Erkältungen und Ueberanstrengungen (z. B. Zahnperiode) können sowohl einseitige als doppelseitige Krämpfe des Kopfnickers stattfinden.

Die Behandlung besteht in diesem Falle neben milden Anwendungsformen des Wasserheilverfahrens (warmen Vollbädern, Fußbädern) in einer geeigneten, durchdachten Massage, und zwar sowohl einer allgemeinen als speziell örtlichen Muskel-Massage (siehe diese).

3) Der Schreibekrampf ist nur Krampfzustand der Streck- und Beugemuskeln der Finger. Bei Gelehrten, Schreibern, Schriftsetzern, Klavierspielern, Schneidern kommt derselbe häufig vor. Der Daumen wird krampfhaft nach innen gebogen; in der Hand (oft auch im Vorderarm) tritt krampfhaftes Zittern auf. Der gröbere Gebrauch der Hand ist beim Schreibekrampf nicht behindert. Die Ursachen dieses Leidens liegen im Gebrauche unpassender Federhalter, in Anwendung einer falschen Schreibmethode, bisweilen auch in gestörter Blutcirculation (zu enge Hemdärmel).

Die Behandlung des Schreibkrampfes richtet sich vor Allem nach den Ursachen. Beim Schreiben ist es nothwendig, alle combinirten Handbewegungen zu vermeiden. Man stütze sich auf den linken Arm und linken Gesäßtheil, damit der rechte Arm frei und leicht aufruhen kann und damit mehr die Finger- als die Arm- und Handgelenke bewegt werden. Außerdem sorge man für einen passenden, den Eigenthümlichkeiten der eigenen Hand durchaus entsprechenden Federhalter sowohl als Feder. Beide dürfen den leichten, gewohnheitsmäßigen Bewegungen keinerlei Widerstand entgegensetzen, sondern müssen sich denselben anpassen. Denn der kleinste Widerstand erfordert, hundert- und tausendfach am Tage wiederholt, zusammengenommen eine Kraftanstrengung der Muskeln, der dieselben um so weniger gewachsen sind, je blutarmer sie unter Umständen sind, oder je weniger sie in ableitender Weise in den Ruhestunden beschäftigt werden. Daß außerdem darauf geachtet wird, durch weitere Hemdärmel die gestörte Blutcirculation aufzuheben, ergiebt sich aus dem Vorgesagten von selbst.

Ein Volksmittel besteht darin, die betreffende Hand wöchentlich einige Male mit Brennesselkraut zu peitschen, wonach sie aufschwillt und einen frieselartigen Ausschlag bekommt, mit dessen Verschwinden der Schreibekrampf aufhört. Jedenfalls ein aus dem natürlichen Instincte des Volkes entstandenes, etwas heroisches Blutvertheilungsverfahren.

4) Der Wadenkrampf ist ein Krampfzustand der Wadenmuskeln und tritt meistens in der Nacht auf. Geringe Ursachen: z. B. Kaltwerden der Füße, Lageveränderungen, Streckungen derselben u. s. w. Bei älteren Per-

sonen haftet das Uebel leicht auf die Dauer (es wird habituell). Auch entsteht es leicht nach übermäßigen Anstrengungen der Wadenmuskeln bei gestörter Blutcirculation in denselben, z. B. bei zu enger Fußbekleidung, zu festen Strumpfbändern, oder in Folge des Druckes, den die schwangere Gebärmutter auf die von den Füßen heraufsteigende Ader ausübt.

Die Behandlung des Wadenkrampfes erfordert zuerst ein festes Anstemmen des Fußes an den unteren Bettrand, sodann kräftiges Reiben mit der Hand oder der Bürste. Bei habituell gewordenem Wadenkrampf ist Warmhalten der Füße nothwendig, sowie sorgfältiges Behüten derselben vor der Berührung mit dem kalten Fußboden. Schließlich, falls Schwangerschaft vorliegen sollte, wird eine flanellene Leibbinde, welche die schwere Gebärmutter in der richtigen Lage erhält, auch für oben besprochene Krampfzufälle von vorbeugender Bedeutung sein. Sodann sind öfter warme Fußbäder (für beide Füße) mit Streichmassage der Wadenmuskel, und zwar nur von unten nach oben (nach dem Herzen hin) anzuwenden.

5) Krämpfe bei Kindern s. Gichtern.

Außerdem giebt es von allgemeinen Krämpfen noch Gähnkrämpfe, krankhaftes Seufzen, Lachkrämpfe, Weinkrämpfe, alles Zustände, welche mit der Hysterie vergesellschaftet sind und als allgemeine Nervenleiden oder Unterleibsleiden zu behandeln sind. — Unterleibskrampf ist ein volksthümlicher Ausdruck für Gebärmutterkolik, er steht mit den Umständen des Wochenbettes und der Menstruation in Verbindung und tritt fast immer gleichzeitig mit dem „weißen Fluß" auf. Bei sogenanntem Brustkrampf wolle man den Art. Asthma nachlesen, desgleichen bei „Herzkrampf" die Krankheiten des Herzens. Befindet sich der Schmerz über den Schambeinen, zwischen den Geschlechtstheilen und dem After, also am sogenannten Damm, so kann man auf Blasenkrampf schließen; ist der Schmerz an der rechten Oberbauchseite und vergrößert sich bei Druck, so rührt er von Gallensteinen (Gallensteinkolik) her.

Die Behandlung der Krämpfe im Allgemeinen besteht bei Erforschung und naturgemäßer Bekämpfung der vorliegenden Grundursache in dem beruhigenden Verfahren (s. Naturheilverfahren), also hauptsächlich in warmen Bädern mit Uebergießungen von abgeschrecktem Wasser, ferner laue Fuß- und Sitzbäder. Auch die Diät spielt eine hervorragende Rolle und lese man darüber die einzelnen Kapitel nach.

Zufällige Krämpfe einzelner Theile hebt man durch starkes Reiben derselben mit nassen Händen, oder verfährt, wie in den betreffenden Abschnitten angegeben ist. Im Uebrigen siehe besonders die Artikel über Nervenkrankheiten, ferner Brustkrampf, Epilepsie, Gichtern, Hysterie und Starrkrampf. Ferner Darmgicht, Keuchhusten, Kolik, Magenkrampf und monatliche Reinigung.

Der „Natur- und Volksarzt" brachte in Nr. 9, 1890 von Herrn Zahnkünstler Peschke in Dresden folgende interessante Krankengeschichte über Krampfbehandlung:

„Mein kleinster Knabe Georg bekam 2½ Jahre alt die Krämpfe. Da ich über Krämpfe einen Aufsatz von Wolbold in seinem „Naturarzt" (jetzt fortgesetzt und herausgegeben von G. Voigt), wenn ich nicht irre, war es im Jahrgang 1877, gelesen hatte, so nahm ich mir vor, das Kind nach der Naturheilmethode zu behandeln.

Ein Gefäß mit 20 Grad R. lauem Wasser wurde zurecht gemacht, das Kind während des Anfalles hineingesetzt und gehalten, dann mit einer kleinen Gießkanne Wasser von 16 Grad R. über den Körper gegossen, mit Ausnahme des Kopfes. Nach wenigen Sekunden kam der kleine Kerl wieder zu sich und fing an zu schreien. Dann wurde derselbe abgetrocknet und ins Bett gesteckt. Nach einigen Minuten wurde ein Klystier von abgeschrecktem Wasser verabreicht, worauf sehr übelriechende Ausleerung erfolgte, dann ein Leibumschlag und Ruhe im Bette.

Nach ungefähr zwei Stunden kehrte der gleiche Anfall wieder. Behandlung genau so wie das erste Mal. Dagegen zuckte es nur einige Male über das Gesicht, aber kein Anfall kam wieder — der Krampf hatte das Feld geräumt. Natürlich war das Kind die nächsten paar Tage noch etwas schwach. Reichlich Wasser zum Trinken wurde gereicht, knappe, reizlose Kost vervollständigte die Kur. Der Leibumschlag wurde ein paar Tage noch beibehalten. Bemerken muß ich noch, daß die Klystiere wiederholt wurden und jedesmal erfolgte eine bedeutende stinkende Ausleerung. Es ist dies der deutlichste Beweis für die Materialität der Krankheitsursachen.

Gehen wir der Sache nunmehr auf den Grund: Warum bekam das Kind die Krämpfe? Den Tag vorher hatten wir grüne Erbsen gegessen, das Kind hatte auch seinen Teil davon bekommen und sogar, da es ihm schmeckte, tüchtig gegessen. Mag es nun sein, daß denselben Tag bei dem Kinde kein Stuhlgang vorhanden war, und den nächsten Tag Vormittags auch nicht — kurz und gut, circa 24 Stunden nach der genossenen Speise revoltirte der Organismus. Den 6. oder 7. Tag nachher fanden wir noch vereinzelte grüne Erbsen im Stuhlgang. Nun erlaube ich mir zu fragen: Wäre eine Rettung des Kindes auf eine andere Weise möglich gewesen? Ich glaube kaum. Mir ist sogar eine Familie bekannt, deren kleiner Knabe trotz ärztlicher Hilfe und vielen Pulvern an den Krämpfen in die Ewigkeit hinüberschlummerte. Heute suchen wir so Etwas zu verhüten, was uns hoffentlich auch gelingen wird."

Krampfadern s. Aderbein.

Krampflachen s. unter Hysterie.

Krankheit, englische, s. Englische Krankheit.

Krankheit, schwarze, s. Blutbrechen.

Krankheit, venerische, s. Syphilis.

Krankheiten, chirurgische, s. Chirurgische Krankheiten.

Krankheiten der ab- und aussondernden Organe s. Krankheiten der reproductiven Functionen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Krankheiten der animalen Functionen s. Epileptische Zustände, Geisteskrankheiten und Nervenkrankheiten.

Krankheiten, entzündliche. Es herrscht vielseitig die Annahme, als ob es sich bei jedem entzündlichen Prozesse im menschlichen Körper um ein Bestreben der Natur handle, **Krankheitsstoffe** auszuscheiden. Diese Annahme hat jedoch keine Geltung für alle diejenigen Fälle von Entzündungen, — und diese Fälle sind überaus zahlreich — welche traumatischer Art sind, also durch Verwundungen und überhaupt durch Verletzungen der verschiedensten Art herbeigeführt worden sind. In allen diesen zahlreichen Fällen handelt es sich bei den zufolge des Trauma's (Verletzung, Wunde) entstandenen entzündlichen Prozessen keineswegs um die Ausscheidung von Krankheitsstoffen irgend welcher Art und ebenso wenig um ein Bestreben der Natur, krankhafte Stoffe irgend welcher Art aus dem Körper, d. h. also zunächst aus den Blutbahnen, auszuscheiden.

Die Natur einer Entzündung anlangend, so ist bekannt, daß wenn ein Reiz z. B. mechanische Gewalt (Stoß, Druck oder Reibung), Frost, Hitze oder chemische Reize in heftigem Grade auf den Organismus einwirken, die davon betroffenen Theile sich entzünden, d. h. Hitze, Röthung, Schwellung und Schmerz in denselben entsteht und auch die Bewegungsfähigkeit oder überhaupt die Funktionen dieses Theiles oder Organes mehr oder weniger beeinträchtigt werden. Auf diese Weise können alle natürlichen Einwirkungen auf den menschlichen Körper durch zu große Heftigkeit zu Entzündungsreizen werden. Es ist allgemein bekannt, daß besonders auch Hitze oder Kälte direkt als Entzündungsreize wirken und zwar in Form von Erfrierungen und Verbrennungen, selbst magneto-elektrische Reize und ebenso die übermäßigen Einwirkungen von Schall und Licht in diejenigen Organe, welche diese Reize auf das Gehirn oder speziell auf den Gehör- oder Sehnerv übertragen, können Entzündungen erzeugen. Ebenso bekannt ist, daß dergleichen Reize nicht blos auf die äußere Oberfläche des Körpers, auf die Haut, wirken, sondern auch auf die inneren Körpertheile, wie beispielsweise auf die Athmungs- und auf die Verdauungsorgane. Denn die Luftwege können bei trockener, bei zu kalter und zu staubiger Luft, der Magen durch den Einfluß von zu heißen, zu kalten oder zu festen Speisen sich entzünden; gleiche entzündliche Einwirkungen chemischer Art bringen Laugen, Säuren, ungelöschter Kalk, aber auch Arzneistoffe hervor. So veranlaßt beispielsweise Terpentin innerlich genommen (Terpentin-Gelatinekapseln) oder reichlich eingeathmet, Nierenentzündung und Bluthamen, und spanische Fliegen können bei andauernder Anwendung selbst auf die unverletzte Haut, z. B. in Form von den Haarwuchs befördern sollenden Pomaden und Toilettenwassern die Nieren entzünden.

Dies alles sind Entzündungsreize, die von außen in den menschlichen Körper eindringen, aber es entstehen derartige Entzündungsreize auch im menschlichen Körper selbst durch Krankheitsstoffe oder überhaupt Uebelstoffe der verschiedensten Art, und werden dieselben durch den entzündlichen Prozeß,

der ein wahrhaftiger Heilungsprozeß ist, aus dem Organismus ausgeschieden, oder doch durch Ausstoßung in Form von Exsudaten oder Ausschwitzungen aus der Blutbahn oder weiterhin auch noch aus dem Körper ausgeschieden, oder auf andere Weise (z. B. durch Einkapselung und Einlagerung in Drüsen, z. B. Kugeln, Quecksilber) unschädlich gemacht.

Der Verlauf einer Entzündung ist ein verschiedener, je nachdem die Entzündung bald wieder in Genesung übergeht, wo alsdann Schmerz, Hitze, Röthung und Schwellung schwinden und der entzündete Theil wieder in gewohnter Weise leistungsfähig wird.

In anderen Fällen kommt es zu mehr oder minder hochgradigen Ausschwitzungen (Exsudaten) und die Umgebung des Entzündungsheerdes ist oft weithin teigig anzufühlen durch wässerige Ausschwitzungen, die, wenn sie beispielsweise in den Sehnenscheiden auftreten, gerinnungsfähig sind. Auf den Schleimhäuten der Mandeln und des Kehlkopfes kommt es sehr oft zur Ausschwitzung dicker häutiger Massen, die sich oft in förmlichen Abgüssen (z. B. der Luftröhre) losstoßen (Croup). Bilden sich derartige Ausschwitzungen nicht nur auf den Schleimhäuten, sondern auch in den Geweben, also in den Gewebslücken und in den Gewebsmaschen der Schleimhäute, so leidet der Blutverkehr und in Folge dessen auch die Ernährung derselben und es kommt zum brandigen Zerfall der Gewebe, wie z. B. bei der Diphtheritis.

Beim Schnupfen, also einer oberflächlichen katarrhalischen Entzündung der Nasenschleimhaut, stockt, wie bekannt, zunächst jede Absonderung, und die Schleimhaut ist trocken und heiß; alsdann aber tritt die bekannte wässerige Absonderung ein, die weiterhin schleimig und zuletzt eiterig wird unter Nachlaß von Hitze und Schmerzen. Sobald es bei einer Entzündung zur eiterigen Schmelzung der Gewebe kommt, pflegt der Schmerz klopfend und pochend zu werden, z. B. bei Zahn- und Fingergeschwüren (sog. Umläufer oder Panaritium), es hat sich ein Abscess (Eiterheerd) gebildet und man sagt: „Das Geschwür ist reif." Als Begleiterscheinung tritt hierbei gewöhnlich Frösteln und selbst Schüttelfrost und Fieber auf. Nicht selten verbreitet sich die Entzündung weithin und führt zu ausgedehnten brandigen Zerstörungen des Gewebes, besonders des Unterhautzellgewebes. Dies ist besonders bei rosenartigen Entzündungen der Fall.

Die Behandlung der Entzündung im Allgemeinen fordert in erster Linie Ruhe und Schonung des entzündeten Theiles. Je früher man sich zur Schonung entschließt, desto eher kann man sie wieder entbehren.

Außerdem wird von Alters her die Abkühlung des Entzündungsheerdes für rationell, also für vernünftig und zweckentsprechend gehalten und in Anwendung gebracht.

Die Berechtigung der Ansicht, ob überhaupt das bisherige entzündungswidrige Verfahren in Form von Kälte naturgemäß sei, haben wir bereits weiter oben in so weit eingeschränkt, als die Voraussetzung, daß es sich bei sämmtlichen Entzündungsprozessen um ein Bestreben der Natur handle,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Krankheitsstoffe auszuscheiden, für alle die zahlreichen Fälle, in denen es sich um Verwundungen der verschiedensten Art handelt, unzutreffend ist. Die weitaus größere Zahl von entzündlichen Prozessen ist bekanntlich traumatischer Art (also durch irgend welche Verletzung bedingt), mag es sich nun um ein Trauma (Verletzung) geringfügiger Art, z. B. um einen Mückenstich, oder um eine Verletzung ernsthafter Art, z. B. um die Zerschmetterung oder gar Zermalmung eines Körpertheiles, handeln. In allen derartigen unzähligen Fällen ist ein Krankheitsstoff weder in den Körper eingedrungen, noch in demselben vorhanden, der die Entzündung veranlaßt hat und deshalb ausgeschieden werden müßte. Das Bestreben der Natur ist in diesen unzähligen Fällen also nicht auf die Ausscheidung eines Krankheitsstoffes gerichtet, sondern ihr Bestreben besteht vielmehr darin, den durch die Verletzung (Stoß, Druck, Quetschung, Stich-, Hieb-, Schuß-, Riß- oder Bißwunde, Knochenverrenkung oder Knochenbruch u. s. w.) schadhaft gewordenen Körpertheil zu repariren, zu welchem Behufe es einer ausgiebigeren Zufuhr von Bau- und Betriebsmaterialien bedarf, als unter gewöhnlichen, normalen (gesunden) Verhältnissen. Machen wir uns daher, um einen schnelleren Ueberblick zu gewinnen, mit dem Wesen oder doch mit den mechanischen und anatomischen Vorgängen einer Entzündung bekannt.

Wie bekannt, bilden die Adern oder Blutgefäße ein Röhrenwerk mit mehr oder weniger dicken, elastischen Wandungen, welche namentlich bei den Blutadern (also den dunkles Blut führenden Venen) in hohem Grade dehnbar sind. Die eine der drei die Aderwände bildenden Schichten, die aus glatten Muskelfasern zusammengesetzte mittlere Schicht der Aderwände ist es, welche den Adern oder Blutgefäßen die Fähigkeit verleiht, sich unter dem Einflusse der Nerven **selbständig** zu **verengen** und zu **erweitern.** Dieselbe Befähigung zur Zusammenziehung, welche bei dem Herzen in der Herzpulsation zum Ausdrucke kommt, ist jedem Theile des Aderwerkes (Blutgefäßsystem) eigentümlich.

Die feinsten Verzweigungen des Aderwerks werden bekanntlich Haar- (Capillar-) Gefäße genannt. Obschon nun diese Haargefäße keine Muskelschicht in ihren Wandungen besitzen, da letztere lediglich aus platten, zu einer Röhre (wie die Schuppen eines Schuppenpanzerhemdes) zusammengebogenen Zellen bestehen, so besitzen dieselben doch die Fähigkeit in hohem Maaße, ihre Lichtung (also die Weite des Gefäßrohres) zu verengern; diese selbstständige Verengerung der Haargefäße kann bis zum vollständigen Verschluß derselben führen.

Die Wände dieser Haargefäße sind nur von kleinen, punktförmigen Oeffnungen, welche man Mundöffnungen (Stomata) nennt, siebartig durchbohrt. Vermittelst dieser Oeffnungen ist zwar eine sehr enge, aber immerhin offene Verbindung zwischen dem flüssigen Inhalte der Haargefäße und den feinsten Hohl- und Spalträumen der umgebenden Gewebe und Organe hergestellt. Diese Mundöffnungen sind so eng, daß die geformten Bestandtheile des Blutes (die Blutkörperchen oder Blutzellen) unter regelrechten Verhältnissen durch dieselben nicht hindurchzutreten vermögen, so daß unter

gewöhnlichen (gesunden) Verhältnissen nur Flüssigkeiten aus den Blutbahnen in die Gewebe des menschlichen Körpers überzutreten vermögen.

Die Haargefäße sind also zunächst die feinsten Endzweige der Schlagadern und gehen ohne nachweisbare anatomische Grenze direkt in die Endzweige der Blutadern über, so daß sie auch als die feinsten Wurzeln der rückläufigen Adern (Venen) aufgefaßt werden können. Da eine anatomische Grenze zwischen den Blut zuführenden Haargefäßen und denjenigen, in denen das Blut rückläufig ist, nicht nachweisbar ist, so erlaubt nur die unmittelbare Beobachtung durch das Vergrößerungsglas die Trennung in arterielle (Blut zuführende) und venöse (also das Blut in der Richtung nach dem Herzen herführende) Haargefäße, wie wir dies beispielsweise in der Schwimmhaut des Frosches mit Hilfe des Mikroskopes beobachten können.

Die Wände der Haargefäße oder feinsten Aederchen haben sich jene geheimnißvolle Lebenskraft des Eiweißes (Protoplasma) bewahrt, welche darin besteht, selbstständig ihre Gestalt und Form zu verändern, d. h. also sich zu erweitern und sich zusammenzuziehen und die Zusammenziehung dieser feinsten und kleinsten Aederchen kann sich bis zu dem Grade steigern, daß ein vollständiger Verschluß ihrer feinen Lichtungen (Röhrenöffnungen) eintritt, sodaß die Blutcirculation in diesen feinsten Aederchen vollständig aufhört.

Vor allen anderen Reizen ist es der Kältereiz, welcher eine Verengerung der Strombetten jener kleinsten Aederchen herbeiführt und dadurch den Blutverkehr in jenen Bezirken, auf welche der Kältereiz einwirkt, vollständig aufhebt oder doch zum mindesten wesentlich verringert. Hieraus erklärt sich auch die entzündungswidrige Wirkung der Anwendung von Kälte. Wenn irgend ein Entzündungsreiz auf einen Blutgefäß- oder Aderbezirk einwirkt, so sieht man mit Hilfe des Vergrößerungsglases, wie umfangreich und hochgradig die Blutcirculation hierdurch beeinflußt wird. Denn mit Einem Male verlangsamt sich alsdann der Blutstrom und es tritt in Folge der durch die Verengerung des Strombettes gegebenen Stromhindernisse eine mehr oder weniger umfangreiche Stockung im Blutverkehr ein; schon stockt die Blutcirculation in einzelnen kleinen Aederchen und Aderbezirken, während in den größeren Gefäßchen der Blutstrom, wenn auch verlangsamt, noch in Bewegung ist, bis auch hier unter Umständen die Blutsäule zum vollständigen Stillstande kommt. In Folge dieses Stillstandes der Blutsäule werden die Aderwände der Adern und Aederchen bedeutend ausgedehnt und somit die Lichtungen derselben, also überhaupt auch das Strombett des betreffenden Aderbezirkes erweitert und der Durchtritt flüssiger und geformter Blutbestandtheile (Blutwasser und weiße Blutkörperchen) durch die Aderwände (also Ausschwitzungen = Exsudationen) außerordentlich begünstigt.*) Ueberall sieht man, wie die Blutsäule vorwärts drängt, bald wieder etwas in Bewegung kommt, bald wieder vollständig stockt, während

*) Denn der Blutdruck wird verstärkt und die Aderwände in Folge dessen ausgedehnt und verdünnt.

sich hier und da durch die engsten Korridore und Nebengäßchen der Blutbahnen noch einzelne wenige Blutzellen (Blutkörperchen) hindurchdrängen und hindurchdrücken, wobei sie ihre ursprüngliche Gestalt in der mannigfaltigsten Weise verändern. Durch die Stauung, welche der Blutstrom in diesen von einem Entzündungsreize getroffenen Aderbezirken erleidet, verstärkt sich andererseits wieder der (hydrostatische) Flüssigkeits- oder Blutdruck in den Blutbahnen und nicht selten gelingt es diesem, die stockende Blutsäule wieder in Bewegung zu setzen und den stockenden Blutstrom wieder in Gang zu bringen.

Da nun auf die Einwirkung von Kältereizen die Adern und Aederchen und überhaupt die Blutbahnen sich zusammenziehen und verengern, so wird hierdurch die Blutansammlung und die Blutstauung ebenso wie die hierdurch bedingten Ausschwitzungen (Exsudatbildungen) nicht begünstigt, während dies bei Anwendung von hohen Wärmegraden, wodurch sich das Strombett der Blutbahnen erweitert und der Blutstrom verlangsamt wird, der Fall ist. Der Reiz, welchen kalte Temperaturen auf die Nerven der Blutgefäße und auch direkt auf die Wandungen derselben ausübt, dadurch ihre Verengerung herbeiführt und somit die Hauptbedingungen für die Bildung von Ausschwitzungen oder Exsudaten, also von Eiterheerden verringert, ist deshalb ein entzündungswidriger, während die Einwirkung starker Wärmegrade, wie beispielsweise die Einwirkung der strahlenden Wärme eines Feuers oder heißer Sonnenstrahlen auf die Haut, einen entzündlichen Reiz ausüben und eine Hautentzündung (Erythem) mit nachträglichem Sichabschälen der Haut herbeiführen kann. Hierauf beruht auch die Behandlung alter, in Folge von Quacksalbereien aller Art regungslos (torpid) gewordener Geschwüre, auf welche man, um sie zu beleben, also das schlummernde Heilbestreben der Natur wieder zu wecken und anzufachen, die strahlende Wärme von glühendem Eisen oder zur geeigneten Jahreszeit die Sonnenstrahlen (Insolation) auf die betreffende Wund- oder Geschwürsfläche einwirken läßt.

In der Praxis liegt also zur Zeit die Sache so:

Man wendet kühle oder kalte Ueberschläge an, um bei einer beginnenden Entzündung gleich von vorn herein möglichst zu verhüten, daß die Entzündung zu sehr an Kraft und Ausdehnung gewinnt und somit Ausschwitzungen (Exsudationen), also die Bildung eines Eiterheerdes (Absceß) möglichst hintangehalten wird. Wärme wendet man dagegen an, wenn die Ausschwitzung von Blutbestandtheilen in die Zwischenräume oder Maschen der Gewebe (Gewebslücken) trotz angewendeter Gegenmaßregeln (kalte Ueberschläge ꝛc.) nicht mehr verhütet werden konnte oder aber bereits ein Eiterheerd besteht, der zur Schmelzung, also zur Zertheilung (die mehr oder weniger festen Bestandtheile eines derartigen mehr oder weniger harten Exsudates verfetten alsdann und werden dadurch flüssig und auffaugbar) oder zum Aufgehen, also zur Ausstoßung der eitrigen Ausschwitzungen aus den Geweben gebracht werden soll.

Hier liegt der Tauschmarkt des Lebens, auf welchem die Gewebe, also die anatomischen Gebilde aller Art in Tauschhandel mit den Blutbahnen treten, also aus diesen Stoffe (Bau- und Betriebsmaterialien) aufnehmen und anderweitige verbrauchte, abgenutzte, für das Leben des Körpers nicht mehr brauchbare oder aber direkt schädliche Stoffe in die Blutbahnen abgeben.

Die Bezeichnung „Blutadern" ist durchaus unzutreffend, denn beide Adergattungen, Venen (sog. Blutadern) und Arterien (Puls- oder Schlagadern) führen Blut, erstere dunkelrothes, die letzteren dagegen hellrothes Blut. Der Ausdruck Vene, also Blutader, im Gegensatze zu Arterie, ein Wort, das eigentlich Luftrohr oder Luftweg bedeutet, hat seinen Grund darin, daß die Puls- oder Schlagadern im todten Organismus blutleer sind; indem sich die sehr elastischen Aderwände derselben nach Eintritt des Todes stark zusammenziehen und dadurch das in ihnen enthaltene Blut in die Venen hinüberdrücken. Da man nun bei Eröffnung eines Leichnams nur in den das Blut zum Herzen zurückführenden Adern Blut vorfand, so nannte man dieselben Blutadern, also blutführende Adern (Venen), während man die Arterien oder Schlagadern als ein Luft führendes Röhrensystem ansah und dementsprechend benannte, denn, wie bereits weiter oben erwähnt wurde, bedeutet der Name Arterie „Luftweg" und deshalb führte auch im Alterthum die Luftröhre den Namen arteria aspera, also der rauhe Luftweg oder die rauhe Luftröhre, weil ihre knorpeligen Wände im Gegensatze zu denjenigen der Schlagaderwände rauh und uneben sind. Im Gegensatze zu den vermeintlichen luftführenden Röhren (Arterien) benannte man nun die ersichtlich, d. h. auch in der Leiche blutführenden Röhren Venen, also blutführende Adern oder Blutadern.

Die Anwendung von Kälte bei entzündlichen Prozessen aller Art anlangend, so stimmen tausendjährige Erfahrung hinsichtlich des guten Erfolges einer derartigen Maßnahme, ebenso wie die eindringlichen Ermahnungen des Instinktes und die unmittelbare Beobachtung der Entzündungsvorgänge durch das Mikroskop, ebenso auch der wissenschaftliche Versuch insgesammt überein.

Wenn wir im Allgemeinen die frisch entzündlichen Schmerzen aller Art Kälte als entzündungswidriges und schmerzstillendes oder doch schmerzlinderndes Mittel anwenden (denn wo der Arzt nicht zu heilen — d. h. die Naturheilung erfolgreich zu unterstützen — vermag, da soll er wenigstens Schmerzen lindern, und wo er auch dies nicht vermag, trösten) so ist bei Schmerzen anderer Art (z. B. bei krampfartigen Schmerzen: Kolik, Magenkrampf ꝛc.) die Wärme und besonders die feuchte Wärme das erfolgreichste schmerzstillende Mittel. Wenn uns nun Jemand sagen würde: „Aber ich weiß ja nicht, ob es sich im gegebenen Falle um entzündliche Schmerzen oder um Schmerzen anderer Art handelt, folglich weiß ich auch nicht, ob ich Kälte oder Wärme anwenden muß", so werden wir ihm antworten: Nun, dann fragen Sie nur bei der obersten Gesundheitsbehörde, bei der Mutter Natur, bei dem Ihrem Körper eingeborenen Leibarzte an, und pro-

biren Sie einfach die Anwendung von Kälte und von Wärme; diejenige Maßnahme, die dem erkrankten Körpertheile gut thut, ist die richtige Maßnahme. Wie groß ist auch hier wiederum die Naturheilkunde, da sie auch vom vollständig Unerfahrenen in den erwähnten Fällen, die ja überaus häufig sind, erfolgreich angewendet werden kann. Er kann die erwähnten Heilmaßnahmen ohne Sorge, durch ein derartiges Probiren Schaden anrichten zu können, einfach probiren; stillt oder lindert die Anwendung von Kälte nicht die Schmerzen, so ist die Anwendung von Wärme erfolgversprechend.

Anders liegt freilich die Sache, wenn mit allopathischen Arzneigiften herumprobirt wird. Wenn sich an irgend welcher Körperstelle ein Entzündungsheerd etablirt hat und derselbe mit kalten Ueberschlägen behandelt wird, so „zertheilt" sich entweder diese Entzündung, und es tritt wieder der regelrechte Zustand ein, oder aber es kommt zu eitrigen Ausschwitzungen (Exsudaten), zur Bildung eines Eiterheerdes, zur eitrigen Schmelzung der Gewebe. Im letzteren Falle ist es alsdann die Anwendung von Wärme, welche die Erweichung und eitrige Schmelzung des Eiterheerdes begünstigt; aber kein Arzt außer dem dem Organismus eingeborenen Leibarzte ist im Stande, genau den Zeitpunkt zu bestimmen, von welchem an die kalten Umschläge mit warmen zu vertauschen sind. Jener dem Körper eingeborene Leibarzt, das instinktive Gefühl, weiß dies jedoch ganz genau und ist als oberste Instanz in erster Linie zu befragen. Von dem Augenblicke an, wo die kalten Ueberschläge dem Patienten nicht mehr gut thun, während die Anwendung von Wärme ihm zusagt, ist die Zeit gekommen, mit der Temperatur der Umschläge zu wechseln; gewöhnlich ist das die Zeit, wo sich ein klopfender Schmerz, ein dem Gefühle des Kranken zum Bewußtsein kommendes Pulsiren im Entzündungsheerde, der sich nunmehr in einen Eiterheerd verwandelt oder bereits verwandelt hat, einstellt.

Wie einerseits hohe Hitzegrade, also extreme Temperaturen, auf einen entzündeten Körpertheil einwirkend, eben deshalb, weil sie maßlos sind, Schaden bringen, da die Oekonomie und die Lebensprozesse des menschlichen Körpers, wenn sie einhellig und harmonisch, also regelrecht und gesund von statten gehen sollen, auf ein gewisses Maaß von Wärme oder Kälte angewiesen sind, so verhält es sich auch mit extrem kalten Temperaturen. Beide extremen Temperaturen legen die jedem Lebewesen in seinen Nerven und deren regelrechte Bethätigungsweise eingeborenen Heilkräfte mehr oder weniger lahm und machen dadurch die Selbst- oder Naturheilung des erkrankten Körpers entweder vollständig unmöglich, oder sie verzögern und erschweren dieselbe oder sie führen in chronisches Siechthum über.

Krankheiten der reproduktiven Funktionen s. Hautausschläge, Hautkrankheiten, Kachexien, Krankheiten der Schleimhäute, Krankheiten der Verdauung und Absonderung und Krankheiten des Gallensystemes.

Krankheiten der vitalen Funktionen s. Blutflüsse, Blutverderbnisse, Kongestionen, Entzündungen und Fieber.

Krankheiten der Nerven s. Nervenkrankheiten.

Krankheiten der Schleimhäute s. Bräune, Influenza, Katarrh, Keuchhusten, Pollutionen, Schleimbräune, Schleimfieber, Schleimlungenentzündung, Schwämmchen, Verschleimung.

Krankheiten der Verdauung und Aussonderung s. Unterleibskrankheiten.

Krankheiten des Gallensystems s. Gallenkrankheiten.

Die **Krätze**. Dieselbe rührt von einer sehr kleinen Milbe, der Krätzmilbe, her, welche sich in die Oberhaut hineinarbeitet, besonders an bestimmten Stellen des Körpers, vorwiegend zwischen den Fingern und Zehen, an den Handwurzeln und Ellenbogen, an den Knieen und am Gesäß. Sie verursacht heftiges Jucken, besonders in der Bettwärme. Es entstehen kleine hirsenartige, weiße Bläschen und Pusteln und weiterhin infolge des Kratzens mit den Fingernägeln kleine Eiterbläschen und Knötchen oder auch größere Abschürfungen und selbst mit Borken bedeckte Geschwüre. Die Krankheit ist ansteckend und wird durch Berührung mit Krätzkranken (unreiner Beischlaf oder sonstige nähere Berührung) übertragen. Deshalb treten die ersten Krätzmilben fast immer an den Geschlechtstheilen oder der zarten Haut zwischen den Fingern auf. Die Milben vermehren sich bald in ungeheurer Anzahl, bedecken den ganzen Körper, sodaß dieser, infolge häufigen Kratzens des Patienten, bald wie mit einer bösartigen Ausschlagskrankheit bedeckt erscheint.

Behandlung. Vernachlässigt oder, wie es oft geschieht, zurückgetrieben, kann dieses lästige Uebel Veranlassung zu langjährigen Leiden, zur Auszehrung ꝛc. ꝛc. geben, falls es mit (einzureibenden) Schwefel- und Quecksilbersalben behandelt wird. In diesem Falle sind Verdauungs- und Lungenleiden, überhaupt langwieriges Siechtum die fast unausbleiblichen Folgen. Einer kurzen, doch strengen Wasserkur weicht dieses Leiden, wie alle Ausschlagskrankheiten, in kürzester Zeit. Der Kranke lasse sich den ganzen Körper mit warmer Schmierseife tüchtig einseifen und dieselbe auf der Haut eintrocknen. Da die Schärfe der Seife, in alle Poren eindringend, sofort Tausenden von Milben den frohen Lebensmut nimmt und sie zum Theil schon tödtet, so läßt das unangenehme Jucken sofort bedeutend nach. Nachdem man die Seife genügend auf den Körper hat einwirken lassen, macht man eine Abwaschung von lauem Wasser mit nachfolgender (kräftigender) kühler Uebergießung oder kühlem Bade. Dieselben Maßnahmen wiederholt man am Abend und läßt denselben noch eine Schwitzpackung folgen, bei welcher die am heftigsten befallenen Stellen mit Kompressen belegt werden und der Patient fleißig kühles Wasser zu sich nehmen muß. Die Diät sei einfach, mäßig, reizlos und kühl. — Diese Behandlung ist so oft zu wiederholen, als der Zustand es verlangt. Kann man sich vollständig der Kur widmen, also auch tagesüber Schwitzpackungen vornehmen, so kann die Heilung schon in wenigen Tagen erfolgen. Nach jedesmaliger Behandlung muß die Leib- und Bettwäsche erneuert und sofort, mit Schmierseife eingeseift, in warmes Wasser ein-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

geweicht werden. Desgleichen müssen die Kleider einer gründlichen Säuberung unterworfen werden.

Krätze, falsche, s. Hautjucken.

Krebs. Dieses fürchterliche Leiden tritt zuerst als eine Drüsenverhärtung (Skirrhus) auf, und wenn aus dieser sich Geschwüre bilden, so nennt man es Krebs. Er ist eine meist chronisch verlaufende Neubildung und Wucherung aus den unteren Zellengeweben der Haut, oder der Bindegewebe, und ist von verschiedenster Größe, Gestalt, Farbe und Beschaffenheit. Wenn nämlich in Folge äußerer oder innerer Veranlassung eine Stockung in den Drüsen entsteht, so verhärten die darin sich ansammelnden Feuchtigkeiten und nehmen allmälig eine derart scharfe und bösartige Beschaffenheit an, daß sie die durch die Verhärtung entstandene Geschwulst zerfressen, die umliegenden Theile zerstören, zuletzt in die ganze Säftemasse übergehen und einen elenden, äußerst schmerzhaften Tod nach sich ziehen. Eine stattfindende Operation bleibt unter allen Umständen eine grausame, weil durchaus unnöthige Quälerei des Patienten, denn der Krebs stellt sich nach kurzer Zeit wieder ein.

Der Krebs kommt in fast allen Geweben, wenn auch in diesen nicht gleich häufig vor. Am häufigsten werden die weiblichen Brüste von dem genannten Uebel befallen; nächst diesen die Gebärmutter, ferner das Gesicht, die Lippen, namentlich die Unterlippe, die Zunge, die Haut, die Mandeln, die untere Oeffnung des Magens und einige andere, vorzugsweise drüsige Körpertheile.

Behandlung. Da der Krebs in der Mehrzahl nur dort vorkommen kann, wo er einen zu Wucherungen geeigneten Boden findet, so liegt auch hierin wieder eine ernste Mahnung der Natur, vorbeugend zu wirken, d. h. für eine reine Säftemasse, regelrechte Blutvertheilung und naturgemäße Bethätigung sämmtlicher körperlicher Funktionen Sorge zu tragen.

Wenn außerdem irgend eine Kurmethode geeignet ist, den bereits beginnenden Krebs noch zu heilen, oder den fortgeschrittenen in seinen schrecklichen Schmerzen zu mildern, so vermag dies nur die Wasserkur, verbunden mit einer geeigneten Diätkur und Massage zu leisten. Denn neben Reinigung der Säftemasse kräftigt sie den gesammten Organismus, bildet ihn gewissermaßen von Neuem und macht ihn fähig, die mit einer solchen Reinigungskur verbundenen Strapazen zu ertragen. In der That haben auch verschiedene Wasserheilanstalten Beweise glücklicher und vollständiger Kuren geliefert und der alte Hahn erzählt einige Fälle, in denen frisches Wasser zuerst Erleichterung und später Heilung erzielte. Dr. Munde beschreibt ebenfalls ein paar Fälle. Auch in der Praxis des Herausgebers ereignete sich vor Kurzem der merkwürdige Fall, daß eine junge Frau, welche nach Aussage der Aerzte an Mastdarmkrebs litt, und welche in Folge dieses Leidens an einem so furchtbaren Kopfschmerz litt, daß sie sieben Wochen lang fast ununterbrochen nicht schlafen konnte und dem Wahnsinne nahe war, in wenigen Wochen vollständig wieder hergestellt wurde. In diesem Falle war es jedoch zu einer Zerstörung der Gewebe noch nicht

gekommen, und hatte in Folge der geeigneten Maßnahmen eine vollständige Aufsaugung, Zertheilung, also Rückbildung der Geschwülste stattgefunden.

Die Diät der Kranken soll äußerst mäßig, dabei nahrhaft, jedoch nicht erregend sein. Ist Stuhlverhaltung, Stockung in den Gefäßen und im Uterinsystem vorhanden, so ist mit Klystieren und Sitzbädern dem entgegen zu wirken. Der kranke Theil ist oft mit abgeschrecktem Wasser zu besprengen, mit angefeuchteter Charpie oder mit erregenden Umschlägen zu belegen, welche alle 2 Stunden zu wechseln sind. Bei Gebärmutterkrebs müssen häufige Ausspülungen und kühlende Klystiere stattfinden, oder auch Sitzbäder. — Solange die Geschwulst noch nicht schmerzt und nicht festsitzt, ist stets auf eine Zertheilung derselben zu hoffen, nur muß man nicht glauben, daß einige örtliche erregende Umschläge die Drüsenverhärtung aufheben werden, sondern man muß mit voller Kur den ganzen Körper in Behandlung nehmen. Die Kur erfordert große Geduld, ununterbrochene Beobachtung der sich zeigenden Symptome und eine unermüdliche Ausdauer in der Behandlung des fast nie die Natur seines Leidens kennenden Patienten. Um so sicherer kann man dann aber auch hoffen, zum Ziele zu gelangen. Krebskranke gehören deshalb in eine kleinere, individuelle Behandlung sichernde Naturheilanstalt. (S. auch den Art. Massage.)

Kretinen, s. Cretinismus.

Kreuzschmerzen, s. Hämorrhoiden und Rückenschmerzen.

Krisen, s. unter Naturheilverfahren.

Kropf. Unter Kropf versteht man die Vergrößerung der den unteren Theil des Kehlkopfes bedeckenden Schilddrüse. Als Entstehungsursachen wird das angestrengte Zurückhalten des Athems, z. B. während des Geburtsaktes, das Tragen schwerer Lasten auf dem Kopfe betrachtet. Außerdem tritt derselbe in gewissen Gegenden allgemein auf, ohne daß die Ursachen näher bekannt sind (Kalkgegenden, Hochgebirgsthäler), in welchen Fällen Aenderung des Wohnortes oder Zuleitung von anderem Trinkwasser vom Kropfleiden befreit. Außerdem kann Kropf ein Folge- oder Begleitzustand skrophulöser Anlage sein, oder aber eine Folgewirkung naturwidriger Geschlechtsverhältnisse (Heirathen von Verwandten ꝛc.), bei welchen eine Degeneration des gesammten menschlichen Organismus die unausbleiblichen Folgen sind. — Der Kropf ist entweder von weicher oder harter Beschaffenheit; die kleineren, mehr versteckt liegenden, kropfartigen Anschwellungen der Schilddrüse, die von außen oft kaum oder gar nicht zu erkennen sind, bedingen durch den Druck, welchen sie auf die Luftröhre ausüben, weit mehr (Athmungs-) Beschwerden, z. B. stetes Keuchen, beständiges Räuspern, und selbst gefährliche Erstickungszufälle, als die großen und entstellenden Kröpfe, die für die Gesundheit ohne alle Gefahr sind und gewöhnlich auch nicht die geringsten Beschwerden verursachen. Während der Druck, welchen ein Kropf auf die Luftröhre ausübt, Kurzathmigkeit, Hustenreiz, erschwerte Stimme und selbst Erstickungsgefahr bewirkt, so treten bei Druck auf die Speiseröhre Schlingbeschwerden und Brechreiz, bei Druck auf die Hals-

gefäße Stauungserscheinungen im Kopfe ein und in Folge dessen Kopfweh, Röthung des Gesichtes, Nasenblutungen ꝛc. ꝛc.

Behandlung. Chirurgische Eingriffe beim Kropfe sind fast immer bedenklich. Im Allgemeinen muß den Ursachen nachgeforscht und nach diesen entsprechend verfahren werden. Ist anzunehmen, daß der Kropf vom Genusse gewisser Wasser, die mit mineralischen Bestandtheilen geschwängert sind, herrührt, so hat man, wie schon erwähnt, nur dieses zu meiden, fleißig reines, frisches Wasser zu trinken und erregende Umschläge um den Hals zu machen. Ist hingegen der Kropf eine Folge von Cretinismus, so muß gegen diese gekämpft werden. Was bei dem gegenwärtigen Geschlechte nicht mehr sich erreichen lassen sollte, muß wenigstens dem zukünftigen Geschlechte erspart werden. Ist endlich skrophulöse Anlage die Ursache, so wende man das unter Skropheln beschriebene Verfahren an. — Oertlich wirkt man außerdem durch Massage (s. d. Artikel) nötigenfalls in Verbindung mit warmen Wasserdämpfen zerteilend auf den Inhalt der Drüse. Außerdem muß jede körperliche Bethätigung, bei welcher ein längeres Anhalten des Atems stattfindet, vermieden werden, desgleichen das Tragen von Sammetbändern oder engen Shawls um den Hals. Mit Kropf Behaftete sollen ganz besonders darauf halten, dem Körper ausreichend frische Luft zuzuführen und ebenfalls durch eine vernunftgemäße Diät die Erneuerung des Säftestromes im Körper unterstützen, damit die durch die örtliche Massage bezweckte Zerteilung der vergrößerten Schilddrüse um so wirksamer von Statten gehen kann.

Krystallpocken s. Windpocken.

Kupferausschlag, Kupferhandel, Kupferrose s. Finnen.

Kupfervergiftung s. Vergiftung.

Kurzsichtigkeit ist ein Zustand des Auges, bei welchem der Tiefendurchmesser desselben im Verhältnisse zum Bau des Auges zu lang ist. Die Lichtstrahlen vereinigen sich in Folge dessen nicht auf, sondern vor der Netzhaut und der Betreffende kann wohl genau in der Nähe, aber nicht in die Ferne sehen. Leichtere Formen des Leidens verursachen keine Beschwerden; häufig bleibt eine geringere Kurzsichtigkeit sogar unbemerkt, besonders wenn dieselbe schon von Jugend auf besteht. Ja, Handwerker, Stickerinnen und Näherinnen fühlen sich bei vorhandener Kurzsichtigkeit mittleren Grades sogar wohler als Normalsichtige, deren Sehkraft für feinere Arbeiten mit den zunehmenden Jahren eher geschwächt wird, und vermeiden es, Brillen zu tragen. Höhere Grade der Kurzsichtigkeit bedeuten dagegen immer ernste Gesichtsstörungen, und ziehen Beschwerden aller Art nach sich. Denn die Kranken gewöhnen sich eine krumme Körperhaltung an, unter welcher wiederum die Athmungs- und Verdauungsthätigkeit zu leiden hat, und welche mehr und mehr den Gesammtorganismus in Mitleidenschaft zieht. Die weiteren Folgen sind frühe Ermüdung, Schmerzen und Unfähigkeit des Auges, bei feineren Arbeiten für längere Dauer thätig zu sein. Ferner wird dadurch, daß eine nahe gehaltene Arbeit die Fixirung beider Augen auf dieselbe verlangt, eine Ueberanstrengung derjenigen Be-

wegungsmuskeln des Auges hervorgerufen, welche „Einwärtskehrer" genannt werden. Die Muskelanstrengung führt bald zu einer übermäßigen Blutüberfüllung der Augen und Röthung der Lider; Thränen und sonstige Reizerscheinungen treten ein. Wird trotz dieses Zustandes dem Auge weitere Thätigkeit zugemuthet, so kann es vorkommen, daß die oben erwähnten Muskeln in einen krampfartigen Zustand verfallen, welcher wiederum die Weiterentwicklung der Kurzsichtigkeit wesentlich fördert. — Von allgemeinen Leiden treten noch ein: Verkrümmungen der Wirbelsäule, Blutstauungen im Unterleibe, in den Lungen und im Kopfe.

Die Behandlung der Kurzsichtigkeit hat sich nach den oben erwähnten Gesichtspunkten zu richten. Es muß auf eine passende Körperhaltung geachtet, und dürfen die Augen niemals über den Grad ihrer Leistungsfähigkeit hinaus angestrengt werden. Bei fleißiger Körperbewegung im Freien gewöhne man das Auge allmälig daran, bestimmte Gegenstände in naher und allmälig weiter hinausgenommener Ferne zu fixiren; die Wirkungen dieser, vom Willen geleiteten Fernsichtsübungen sind oft geradezu überraschend. Schließlich müssen geeignete Maßnahmen der Wasserbehandlung (warme Bäder, tägliche kühle Ganzabreibungen des Körpers, Wadenpackungen und in erster Linie Nackenkompressen) die etwa vorhandene Entzündlichkeit und Blutstauungen in edleren inneren Organen durch Ableitung nach der Haut und zur Vertheilung nach anderen Theilen des Körpers hin bringen. Vergl. auch den Art. Augenentzündung und Augenkrankheiten.

Lachkrampf s. unter Hysterie.

Lähmung ist eine Krankheit, in welche entweder ein Theil des Körpers oder aber der ganze Körper von dem Verluste des Gefühls und der Bewegung befallen wird. Die Lähmung entsteht entweder allmälig und entwickelt sich aus mannigfachen anderen Krankheitszuständen, oder sie entsteht, als Folge eines Schlagflusses, ganz plötzlich. Vergleiche den Art. Hirn, Wesen und Erkennungsmerkmale der Gehirn- und Rückenmarkskrankheiten.

Lähmungen der Bewegungsnerven bedeutet die aufgehobene oder geschwächte Erregungsfähigkeit der unserem Willenseinfluß unterworfenen Muskeln. Vollständige Bewegungsunfähigkeit nennt man Lähmung; ist noch ein beschränkter Gebrauch der Glieder möglich: Halblähmung. — Die Lähmungen erstrecken sich sowohl über einzelne Muskeln wie über ganze Muskelgruppen und Körpertheile. Die Empfindung in den gelähmten Körpertheilen ist wesentlich beeinträchtigt, auch ist in denselben der Blutumlauf träge. Daher sie fast immer kalt, schlaff und welk sind. Die Haut wird spröde und schuppt sich ab; die Muskeln schwinden oder verfallen und verlieren an Umfang und Gewicht.

Die Ursache liegt entweder im Gehirn und Rückenmark oder in den einzelnen Muskelnerven. Die vom Gehirn abhängige Lähmung trifft meist die dem kranken Gehirnteil entgegengesetzte Körperseite und umfaßt als Halblähmung das Gesicht, die Zunge, den Arm und das Bein, selten

als beiderseitige Lähmung beide Körperhälften. Die vom Rückenmark abhängige Lähmung verbreitet sich von unten nach oben und verschwindet bei eintretender Heilung zuerst aus den oberen Gliedmaßen (bei Gehirnlähmungen ist es umgekehrt). Liegt die Lähmung im Lendenteil des Rückenmarks, so sind nur die unteren Gliedmaßen gelähmt, trifft sie dagegen den Halsteil, so sind es auch die Arme.

a) Die mimische Gesichtslähmung. Dieselbe tritt in den meisten Fällen infolge von Erkältung oder Verletzung oder auch in Begleitung von Gehirnstörungen auf. Die gelähmte Seite ist schlaff und glatt und nimmt an dem Mienenspiel keinen Antheil. Das Auge steht im Schlafe halb offen, weshalb leicht Thränenträufeln und Entzündung desselben entsteht. Die Stirn kann nicht gerunzelt werden; beim Kauen bleiben die Speisen zwischen den Backen und Zähnen zurück ꝛc. ꝛc.

b) Die Zungenlähmung. Dieselbe beginnt gewöhnlich mit der Lippenlähmung; erst später bildet sich die Zungenlähmung aus, so daß die Zunge beim Kauen und Sprechen nicht genügend bewegt werden kann. Es ist Speichelfluß vorhanden; die Speisen und Getränke gelangen leicht in den Kehlkopf und verursachen dadurch Erstickungsgefahr. Später liegt die Zunge, weil sie schwindet, wie ein dünner Lappen im Grunde der Mundhöhle. Die Ursachen dieser Krankheit sind noch nicht aufgeklärt.

Bei medizinischer Behandlung wurden bis jetzt niemals Heilungen beobachtet. Wieviel hier eine naturgemäße Behandlung zu erreichen imstande ist, darüber fehlen noch genaue Beobachtungen und Erfahrungen. S. Behandlung der Lähmungen überhaupt.

c) Die Beinlähmung, desgleichen Lähmung des Rumpfes geht entweder vom Gehirn oder vom Rückenmark aus. Die Kranken hinken oder sind überhaupt gänzlich am Gehen behindert. Lähmungen des Zwerchfelles rufen Athemnot hervor, während Lähmungen an den Rückenmuskeln zu Krümmungen der Wirbelsäule führen.

d) Die Schulterlähmung tritt häufig ein nach Ueberanstrengungen beim Heben schwerer Lasten, beim Mähen, Holzhacken, und findet sich daher gewöhnlich bei Männern und auf der rechten Seite. Auch kann diese Krankheit durch Erkältung (Schlafen in feuchten Wohnungen, auf kalter, feuchter Erde ꝛc.) entstehen. Der Kranke kann den Arm kaum etwas bewegen, doch sind Schmerzen nicht vorhanden. Hingegen tritt bei verzögerter oder verpfuschter Behandlung meist sehr schnell eine bedeutende Abmagerung des Armes ein.

e) Die Kinderlähmung tritt vorzugsweise bei an englischer Krankheit leidenden Kindern in den ersten Jahren auf. Sie stellt sich auch nach Krampfanfällen oder nach Typhus, Scharlach oder Masern ein, desgleichen nach Ueberanstrengungen oder Erkältungen oder während der Zahnzeit. Dagegen konnten Fallenlassen und sonstige Verletzungen der Kinder bisher nicht als sichere Ursache des Leidens festgestellt werden. Da die Lähmung meistens vor dem Gehenlernen der Kinder eintritt, so wird man derselben häufig zu spät gewahr. — Wenn man das Kind hinstellt, knickt es so-

gleich zusammen; die gelähmten Theile sind schlaff und magern ab; es entstehen Verkrümmungen der Rückensäule und Klumpfüße. Die Empfindung erlischt allmälig.

Je länger das Leiden besteht, ehe es in Behandlung genommen wird, desto ungünstiger sind die Aussichten auf Heilung desselben. In der Hauptsache sind warme Bäder und mäßig kalte Douchen anzuwenden.

Behandlung. Obgleich Lähmungen jeder Art sehr schwer zu heilen sind, besonders wenn sie schon veralteter Natur sind, so beweisen doch zahlreiche, zum Teil wunderbare Erfolge, welche die Naturheilkunde zu verzeichnen hat, was die Anwendung naturgemäßer Mittel und die Schaffung naturgemäßer Heilbedingungen, was also die Naturheilkraft vermag, wenn sie in ihren Heilbestrebungen nicht behindert, sondern erkannt und mit eingehendem Verständnis unterstützt wird. Die Heilungen sind um so sicherer anzunehmen, wenn der allgemeine Kräftezustand nicht ganz und gar gesunken und dadurch eine vollständige Wiedererneuerung desselben unmöglich gemacht ist.

Die Behandlung des Kranken ist stets nach dem vorhandenen Kräftezustande desselben zu bemessen, und muß man nur ganz allmälig von den milderen zu den kräftigeren Anwendungsformen des Wassers übergehen. Nichts darf übereilt werden, sollte die Behandlung auch Wochen dauern, ehe sich auch nur eine geringe Aenderung in dem Zustande der gelähmten Teile zeigt. Denn die Heilung der Krankheit beruht ja hauptsächlich auf Schonung der Kräfte und Hebung des Organismus, welche, besonders wenn der Kräftezustand ein tief gesunkener ist, nicht im Fluge erlangt werden kann.

Selbst Lähmungen, welche infolge eines Rückenmarksleidens eingetreten sind, können bei einer geeigneten Kur, wenn auch nicht vollständige Heilung, so doch hochgradige Besserung erfahren.

Die nicht vom Gehirn oder Rückenmark ausgehenden Lähmungen haben meist örtliche Ursachen, z. B. Geschwülste, Knochenbrüche, Erkältungen, große Muskelanstrengungen. Da sie hauptsächlich rheumatischer Art sind, so müssen warme Bäder, Dampf- und Sandbäder, Elektrizität (Induktions- oder konstanter Strom) angewendet werden.

Schwitzen in nassen Leintüchern darf niemals übertrieben, sondern nur als einleitende Vorbereitung zum Baden betrachtet werden, denn nur im Uebrigen ganz kräftige Personen können bei Lähmung einzelner Teile stark schwitzen. Fleißig angewendete erregende Umschläge um die leidenden Teile und um den Unterleib, reichliches Wassertrinken, Sitzbäder, Klystiere, unter Umständen auch örtliche Bäder von $^1/_2$—1 Stunde, unterstützt von kräftigem Frottieren, Umschläge um Hinterkopf, Nacken und Rückgrat, sowie häufiges Frottieren des letzteren seiner ganzen Länge nach, sind die beim Beginn der Behandlung geeignetsten Maßnahmen des Wasserheilverfahrens. Gleichzeitig mit demselben muß eine anfangs wöchentlich zweimal, später täglich ausgeführte milde Streichmassage der betreffenden Teile — immer

in der Richtung nach dem Herzen zu — angewendet werden. S. d. Art. Massage.

Die Diät soll einfach und kräftigend sein; häufige doch angemessene Bewegung in freier Luft. Von hoher Bedeutung ist auch die physische Beeinflussung, sowohl von außen her auf den Kranken (Zerstreuung durch Unterhaltung, Vergnügen aller Art) als auch vom Kranken selbst auf sein Leiden durch die Kraft des Willens. Im ersteren Falle findet ein Regenerationsprozeß in dem meist trüben und wenig hoffnungsfreudig gestimmten Seelenleben des Patienten statt und macht ihn fähig, jene geistige Elastizität und Spannkraft wieder zu erhalten, welche dem behandelnden Arzte gleichsam von innen her mit der Macht des Willens entgegenkommt, die Muskeln zur Bethätigung mit anregen und so die mögliche Heilung wesentlich beschleunigen hilft.

Siehe auch den Artikel Naturheilverfahren: Psychische und Willens-Beeinflussung, sowie den Artikel Elektrizität.

Im weiteren Verlaufe, wenn eine Hebung der Kräfte ersichtlich ist, wendet man auch die Douche an.

Bei leichteren Fällen von Lähmungen nervöser Natur, vorausgesetzt, daß sie bald in Behandlung genommen werden, genügt oft kurze Zeit, mittelst warmer Waschungen, Umschläge und Douchen Heilung herbeizuführen.

Läusesucht. In einzelnen Fällen der sogenannten falschen Krätze (s. diese) kann es vorkommen, daß sich eine ungewöhnliche Menge von Läusen bildet, die sich bald über den ganzen Körper vermehren und mit großer Hartnäckigkeit an demselben sich einhängen und selbst unter die Oberhaut eindringen, trotz aller Mühe, die man sich giebt, dieselben zu zerstören. Schon Oertel sagte: „Wer das Wasser sucht, bekommt keine Läusesucht!“ und kann man mit demselben Rechte annehmen, daß auch die tief eingenistete Läusesucht durch eine gründliche und eingreifende Wasserkur zu beheben ist. Bei milden Formen, lauen Waschungen ꝛc. werden sich freilich weniger der Körper als vielmehr die Läuse kannibalisch wohl befinden. Ist jemand ein solcher Schmutzbartel, daß er lange Zeit hindurch nichts zur Pflege seines Körpers gethan hat; oder aber, lagen die Verhältnisse so unglücklich, daß jemand hilflos im Schmutze so weit gekommen ist, um seinen Körper zur angenehmen Heimstätte für die Läuse zu bereiten, so müssen auch erregende Maßnahmen sozusagen die ganze alte Haut vom Leibe entfernen und muß letzterer neu gekleidet werden. Siehe die Artikel Hautkrankheiten und Krätze.

Lazarethfieber s. Nervenfieber.

Lebensalter, hohes, s. Alter.

Lebenskraft s. unter Wasser, Wasserkur, Naturheilverfahren.

Lebensordnung s. unter Diät und unter den einzelnen Artikeln der verschiedenen Krankheiten, insbesondere unter Gicht.

Leberentzündung. Dieselbe besteht entweder in einer Entzündung der Bauchfellüberkleidung der Leber oder des der Lebersubstanz als stützendes Gerüst dienenden Bindegewebssubstanz, oder in einer durch Syphilis be-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

dingten, zu Eiterherden im Lebergewebe führenden Entzündungsform oder endlich in einer akut verlaufenden, den Schwund des Lebergewebes bedingenden (gelben) Entartung der Leberſubſtanz. Die zweite Form der Leberentzündung (Lebercyroſe oder Branntweinleber) iſt in den meiſten Fällen eine Folge des mißbräuchlichen Branntweingenuſſes und hat gewöhnlich Milzgeſchwulſt, Gelbſucht und Bauchwaſſerſucht im Gefolge. Appetitloſigkeit, anderweitige Verdauungsſtörungen, Erbrechen, Hartleibigkeit und dumpfer Druck in der Lebergegend, Abmagerung und eine ſchmutzig-gelbe, erdfahle Geſichtsfarbe ſind die hauptſächlichſten Erkennungsmerkmale. In einzelnen Fällen zeigt ſich eine von dem Sitze des Uebels nach den verſchiedenſten Richtungen hin ausſtrahlende Anſchwellung der Blutadern (Venen), das ſogenannte Meduſenhaupt.

Zu den Symptomen dieſer Krankheit gehören ferner: allgemeines Fieber, Hitze, Durſt, bleibender ſtechender, zuweilen aber auch ſtumpfer Schmerz in der rechten Seite unterhalb der Rippen, Athembeſchwerden, trockener Huſten oder Hüſteln und ein erſchwertes Liegen auf der linken Seite. Schließlich zeigen ſich noch Schmerz in der rechten Schulter, Entzündung bis nach den Augen und Anzeichen von Gelbſucht.

Zu den Urſachen dieſes Leidens gehören außer den bereits genannten unterdrückte Hautthätigkeit, Schlag und Stoß von außen. Gewiſſe Temperamente, Choleriker und Melancholiker, neigen vorzugsweiſe zu dieſem Leiden; auch wird es hervorgerufen durch häufige und heftige ſeeliſche Erregungen, wie Zorn, Aerger, Gram, ferner durch Gallenſteine, unterdrückte Blutflüſſe, Durchfälle, Gicht, Roſe u. ſ. w. — Manchmal tritt es auch während der Waſſerkur bei Perſonen auf, die früher daran gelitten haben und mit Queckſilber und ſonſtigen ſcharfen Giftſtoffen behandelt worden ſind. Leicht begreiflich, denn da die Leber es iſt, durch welche die endgiltige Einverleibung, alſo die Verdauung, die Umwandlung und Aufſaugung der verſchiedenſten zugeführten Nahrungsmittel (in dieſem Falle alſo auch Gifte) in die Blutbahnen ſtattfindet, ſo nimmt ſie auch durch eine den Körper naturgemäß umſtimmende, regenerirende Behandlungsmethode alle jene Stoffe, welche ſich in den verſchiedenſten Winkeln und Liegenſchaften des Körpers abgelagert und ſozuſagen zur Ruhe gelegt hatten, auf. Bekanntlich kann aber Queckſilber, dieſes verderbenſchwangere Gift, jahrzehntelang ſich im Körper befinden, bis es dann plötzlich einmal bei infolge von Krankheiten anderer Art bedingter durchgreifender Waſſerkur in ſeinen Schlupfwinkeln aufgeſtöbert und mit anderem Unrat zuſammen aus den Körper beordert wird.

Bei der ſyphilitiſchen Leberentzündung bilden ſich knollige Wucherungen im Lebergewebe, ſogenannte Gummigeſchwülſte, mit den übrigen Leberentzündungen ähnlichen Begleiterſcheinungen.

Lebererweiterungen (Abſceß) werden mehr in heißen Klimaten beobachtet. Entſtehungsurſachen derſelben ſind: Bösartige Sumpffieber, Stöße gegen die Leber, Eiterbildungen im Pfortadergebiet (bei Ruhr- und Darmverſchwärungen), Verſtopfung der Gallengänge durch Gallenſteine. —

Erkennungsmerkmale sind wiederholte Schüttelfröste, lebhafte Schmerzen in der Lebergegend, heftiges Fieber und bedeutende Anschwellung der Leber und Milz.

Die gelbe Leberentzündung zeigt dieselben Erscheinungen wie die Phosphorvergiftung und tritt bisweilen bei Schwangeren und Wöchnerinnen auf. Als Begleiterscheinungen gelten: Verdauungsstörungen, schwach gelbliche Hautfärbung, Kopfschmerz, Erbrechen, Schmerz in der Lebergegend. Der Harn zeigt einen grüngelben Niederschlag.

Die Behandlung der Leberentzündung ist diejenige der entzündlichen Krankheiten (siehe diese) im allgemeinen. Die Wirkung der inneren und äußeren Behandlung mit kaltem Wasser zeigt sich bei dieser Krankheit ganz besonders günstig, da sie hier durch Zerteilung der Krankheitsprodukte die Neigung zu beginnender Eiterung hebt. Ist diese Eiterung bereits eingetreten, so ist die Behandlungsweise zu ändern (s. Krankheiten, entzündliche).

Während also vorher das Verfahren ein ableitendes, zerteilendes war, mithin kühle Kompressen auf die Lebergegend, Wadenpackungen und Sitzbäder von abgeschrecktem Wasser die Hauptmaßnahmen zu bilden hatten, — müssen im zweiten Falle Temperaturen wärmeren Grades zur Anwendung gelangen. Die Lebergegend ist mit gewärmten Tüchern zu bedecken; auch gebe man erregende Leibumschläge und sorge für Warmhalten der Füße. Die Diät muß völlig fettlos sein und dürfen überhaupt keine Speisen verabreicht werden, welche irgendwie die Verdauungsthätigkeit anzustrengen geeignet sind. Am besten besteht daher die Diät aus Obst, Brot und Buttermilch. Das Getränk soll nur aus kühlem Wasser bestehen.

Eine vorhandene Verstopfung ist durch reichliches Wassertrinken und durch Klystiere zu beheben, während man die Lebergegend mit Umschlägen zu bedecken hat. Siehe auch den Art. Brustentzündung, nach welchem die Behandlung in der Hauptsache zu leiten ist. Desgleichen Leberkrankheiten und Selbstbefleckung.

Leberflecken s. Sommersprossen.

Leberfluß ist ein nur angenommener Name für eine Abart des Durchfalles, welche sehr selten auftritt. Es finden bei derselben Abgänge einer rötlichen Flüssigkeit statt, welche unter leichten Kolikschmerzen täglich mehrere Male auftreten. Sind diese Abgänge von längerer Dauer, so tritt eine allgemeine Säfteverderbnis und Kräfteverfall der Kranken ein. Irrtümlicherweise hielt man eine zeitlang diesen Ausfluß für Lebereiter. Er ist aber wohl nichts anderes als ein Blutfluß, welcher mit den Hämorrhoiden verwandt ist, darf daher ebensowenig wie diese plötzlich zum Stillstand gebracht werden. Behandlung siehe daher Hämorrhoiden.

Leberkolik s. Gallenkolik.

Leberkrankheiten. Wir halten es für richtig, hier einige Erklärungen über die Bedeutung der Leber und der mit ihr verbundenen Galle für den Mechanismus des menschlichen Körpers einzuschalten. Denn die Leber ist eines der größten und bedeutungsvollsten industriellen Etablissements im Staatshaushalt des menschlichen Lebens. Sie wird durch die organische

Verbrüderung vieler Milliarden von (Leber-) Zellen gebildet und stellt eine Fabrik dar, in welcher das hauptsächlichste Industrieerzeugnis die Galle ist. Außerdem haben die zu einer so umfangreichen Produktionsgenossenschaft vereinigten gallebereitenden Leberzellen auch noch andere, aber uns noch nicht genügend bekannte Obliegenheiten zu verrichten. Die großartige Produktivgenossenschaft der gallebereitenden Leberzellen bildet schon ihrer äußeren Erscheinung nach eines der schwersten und umfangreichsten Eingeweide oder Arbeitswerkzeuge des menschlichen Organismus, das sich in dem oberen Teile des Unterleibes von der rechten Seite bis zur Milz hin erstreckt und ein Gewicht von 4—6 Pfund hat.

Das industrielle Erzeugnis der Leber, die Galle, wird durch ein besonders feines Netzwerk von Verkehrswegen, den Gallenkanälchen, von jedem einzelnen Mitgliede dieses großartigen produktionsgenossenschaftlichen Verbandes als fertiges Produkt weggeleitet und dem Orte seiner Bestimmung, dem Zwölffingerdarme, zugeführt. Oder es wird in einem Behältnis, der Gallenblase, bis zu dem Augenblicke aufbewahrt, wo die Apparate der Verdauung dieses wichtigen Fabrikats zur chemischen Bewältigung gewisser Nahrungsbestandteile (des Fettes) bedürfen.

Die Galle ist ein sehr kunstvolles und sehr zusammengesetztes industrielles Erzeugnis, in der Hauptsache und in chemischer Hinsicht eine überaus feine, flüssige Seife (worauf auch die technische Verwendung derselben beruht, z. B. in zarten Farben gefärbte und deshalb empfindliche Stoffe mit Ochsengalle zu waschen). Im tierischen Haushalte dient sie nicht ausschließlich, aber insonderheit dazu, die fetthaltigen Bestandteile der aufgenommenen Nahrung aufsaugbar zu machen und dadurch dem allgemeinen Betriebsfond, dem Blute, zuzuführen.

Von den Krankheiten der Leber kommen in Betracht:

1) Blutüberfüllung der Leber. Die Leber kann übermäßig mit Blut angefüllt sein dadurch, daß Kongestionen vorhanden sind, also eine übermäßige Blutzufuhr stattfindet, oder dadurch, daß das vorhandene Blut sich in der Leber staut, indem der Abfluß desselben mehr oder weniger erschwert ist. Als Ursachen für das erstgenannte Leiden gelten: Beleidigungen der Leber durch Stoß, Quetschungen, oder aber der gewohnheitsmäßige Genuß geistiger Getränke, eine üppige Nahrung bei sitzender Lebensweise, das Ausbleiben von Blutungen, an die der Körper gewöhnt ist (Menstruation, Hämorrhoidalblutungen) und die Einwirkung derjenigen Schädlichkeiten, welche Sumpf- und Wechselfieber zu erzeugen pflegen. — Blutstauungen oder Blutanschoppungen in der Leber sind gewöhnlich Folgezustände von Herz- und Lungenkrankheiten, die einen verminderten Abfluß des Blutes von der Leber nach der Bauchhöhle hin bedingen.

Ein Kongestivzustand in der Leber erzeugt gewöhnlich ein Gefühl von Druck und Vollsein in der Magengrube, bisweilen begleitet von furchtbarem Schmerz. Auch findet Erbrechen von grünlicher Flüssigkeit bei leichterem Fieber statt. — Blutanschoppungen in der Leber sind mehr andauernder Natur und erzeugen gewöhnlich eine gelbliche Färbung der Haut

und des Weißen im Auge, wenn auch nicht in so hohem Grade wie bei vollständiger Gelbsucht.

Die Behandlung dieses Leidens muß sich im allgemeinen nach der Ursache desselben richten, also entweder muß der Genuß geistiger Getränke unterbrochen werden, oder es müssen anstrengende Körperbewegungen (Gehen, Reiten, Schwimmen, Holzhacken) stattfinden, oder es muß der Wiedereintritt der unterbliebenen Blutungen bald veranlaßt werden. Oertlich wird eine langsam ausgeführte, mit sanftem, dabei tiefgehendem Druck von rechts nach links ausgeführte Massage der Leber bald eine Entlastung derselben herbeiführen und dem Patienten Wohlgefühl verschaffen. Reichliches Wassertrinken, Klystiere bei vorhandener Verstopfung, warme Fußbäder nebst nachträglicher Frottierung der Füße. Auch werden Kompressen auf die Nieren die Ausscheidung erhöhen und dadurch fördernd auf die Behandlung wirken. Siehe auch Leberkrankheiten überhaupt.

2. Fettleber besteht in einer allmäligen Verfettung des Lebergewebes. Funktionsstörungen treten erst ein, wenn das Leiden hochgradig geworden ist. Die Entstehungsursache bildet eine sehr reichliche und fetthaltige Nahrung, besonders auch der reichliche Genuß geistiger Getränke. Beschwerden treten nur wenig auf, doch ist Gefühl von Druck und Vollsein in der Lebergegend, Aufstoßen, Appetitlosigkeit und Hämorrhoidalbeschwerden in den meisten Fällen vorhanden. Dagegen findet immer eine bedeutende Vergrößerung der Leber statt.

Behandlung siehe wie oben und unter Fettsucht.

3. Speck- oder Wachsleber. Dieselbe bildet immer einen Folgezustand von schweren, konstitutionellen Leiden, bei welchen eine hochgradige Entmischung und Verderbnis des Blutes besteht, z. B. Syphilis und Knochenfraß, aber auch bei Krebs, Skrophulose, Englischer Krankheit, schwerem Nervenleiden und veralteten Wechselfiebern. Dieselbe wachsige Entartung findet sich denn auch in anderen Organen (Milz und Nieren). Aehnlich wie bei Leberkrebs findet eine enorme Vergrößerung der Leber statt, die bis zur Nabelgegend herabreicht. Das Aussehen des Patienten ist gelblich, fahl und abgezehrt.

Die Behandlung des Leidens muß darauf gerichtet sein, eine allgemeine Erneuerung des Blutes und der Säfte herbeizuführen, und ist bei den betreffenden und ähnlichen Leiden sowie Art. Naturheilverfahren nachzuschlagen.

4. Der Leberkrebs. Dieses Leiden bildet eine ziemlich häufige Erscheinung zwischen dem 50. und 60. Jahre. In der kleineren Anzahl der Fälle geht es von der Leber selbst aus, meist jedoch entsteht es durch Uebergreifen des Magenkrebses auf die Leber. Die Entstehungsursachen sind noch unbekannt, doch spielt hier Vererbung eine große Rolle. Der Verlauf der Krankheit ist der, daß anfangs Verdauungsstörungen, Hartleibigkeit und schmerzhafter Druck in der Lebergegend auftreten; später erscheint die Haut gelblich und grau gefärbt. Schnelle Abmagerung, die um so auffälliger erscheint, je geringer die Beschwerden bei diesem Leiden

sind. Weiterhin treten anfallsweise heftige Leberschmerzen auf. Auf der Leberoberfläche sind runde Knollen oder Höcker deutlich fühlbar. Bedeutende Vergrößerung der Leber sowie hochgradige Gelbsucht. Auf jeden Fall ist eine welke, glanzlose, gelblich gefärbte, trockene und sich abschilfernde Haut vorhanden. Behandlung s. Nachfolgendes und unter Krebs.

Die Behandlung der Leberkrankheiten, welche in ihrer chronischen Form zu den häufigsten Krankheiten gehören, denen der menschliche Körper unterworfen ist, ist eine zwar langwierige und Geduld erfordernde, doch auch erfolgerzielende. Anwendung der vollen Wasserkur, dabei strenge Individualisirung jedes Patienten, falls nur eine rein örtliche Erkrankung der Leber vorliegt. Mit milden diätetischen Maßnahmen muß begonnen werden; dieselben müssen ällmälig eine Steigerung erfahren, bis weiterhin die strenge Wasserkur in ihre Rechte treten kann. Neben strenger, also ganz vereinfachter und strenger Diät, reichlichem Genusse von frischem Wasser und angemessene Bewegung in freier Luft, wirken bei der Wasserkur besonders günstig: tägliches, möglichst starkes Schwitzen in trockenen Decken oder nassen Leintüchern, Umschläge um die Lebergegend und den Magen, längere Sitzbäder, während deren der Unterleib und die Weichen ununterbrochen stark zu frottiren sind. Außerdem Sorge für Regulirung des Stuhlganges durch Diät und Klystiere. Unter Umständen kann auch die Douche Anwendung finden. Vergl. Gallenkrankheiten. Von höchster Bedeutung ist schließlich die Behandlung durch die Massage, über welche schon weiter oben das nötige gesagt worden ist. Siehe auch Kongestionen. Liegen anderweitige Krankheiten vor, z. B. ausbleibende Blutungen, so muß sich die Behandlung in erster Linie gegen diese richten. Beim vorherigen überreichlichen Genuß geistiger Getränke muß dieser eine durchgreifende Einschränkung erfahren. Schließlich ist die Geistes- oder Seelendiätek bei allen Leberleiden, also die Vermeidung von Ueberanstrengungen und heftigen Aufregungen aller Art, und die Beherrschung sich zeigender leidenschaftlicher Aufwallungen, also die Macht des Willens, ein Heilfaktor, welcher die Gesundung oder doch Besserung des Leidens ganz besonders befördert. Allerdings ist dies auch eine naturgemäße Verordnung, welche zu befolgen den Leberkranken aller Art sehr schwer fällt.

Leberstiche. Wenn dieselben nicht die Folgewirkung und zugleich Begleiterscheinung eines ernsten Leberleidens sind — in welchem Falle die Anwendung der ganzen Wasserkur erforderlich ist — so genügen oft schon einige erregende Umschläge um die Leber, um die schmerzhafte Empfindung zu beheben. Reichliches Wassertrinken, viel oder nicht anstrengende und nicht zu rasche Bewegung in freier Luft. Oefter am Tage, sobald sich die Stiche einstellen, tauche man die Hände in kaltes Wasser und reibe mit denselben die Lebergegend anhaltend und kräftig.

Lebervergrößerung, Leberverhärtung, Leberverstopfung s. Leberkrankheiten, vergl. Selbstbefleckung.

Leibesbewegung s. Bewegung.

Leibschmerzen s. Blähungen, Kolik und Verstopfung.

Leichdornen s. Hühneraugen.

Leidenschaften. Aufregungen jeder Art während der Kur sind strengstens zu meiden, anderenfalls man einen günstigen Erfolg mit Sicherheit erzielen will. Zorn, Aerger, Neid, Haß und ähnliche Leidenschaften sind zu fliehen oder mit der Kraft des Willens zu beherrschen. Auch Spiel um Geld, Begehrlichkeiten der Phantasie, am meisten aber der wirkliche Genuß der Sinnenliebe können nicht blos das Fortschreiten der Genesung aufhalten, sondern wirken als physische Gifte direkt nachtheilig bei der Behandlung; s. unter Aerger.

Leistenbeulen s. Bubonen.

Lendenmuskelentzündung. Dieselbe zeigt sich an durch einen lebhaften Schmerz in der Lendengegend, zieht sich teils nach den Schenkeln hinunter, teils nach dem Rückgrat hinauf. Dem Kranken ist es während dessen unmöglich, den Schenkel in irgend einer Weise zu bewegen. Wie immer bei derartigen beginnenden Entzündungen (s. Krankheiten, entzündliche) müssen je nach Bedarf gewechselte örtliche kühle Umschläge Zerteilung derselben herbeiführen und Wadenkompressen und Sohlenbäder, sowie Leibumschläge ableitend wirken, ehe die Krankheit in schwerer Form sich entwickeln kann. Liegt dagegen bereits ein hartnäckiger Fall vor, so ist derselbe ebenso zu behandeln wie das

Lendenweh (Lumbago). Ueber dieses Leiden gilt in jeder Hinsicht dasselbe, was über Hüftweh gesagt worden ist. Auch ist die gleiche Behandlung wie dort anzuwenden.

Lippenkrebs s. Krebs.

Luftansammlung in der Brusthöhle (außerhalb der Lungen). Eine derartige Ansammlung von Luft in der Brusthöhle kann entweder dadurch entstehen, daß ein Eiterherd der Lunge sich nach der Brusthöhle oder umgekehrt eine Eitersammlung in der Brusthöhle (sogenannte Eiterbrust) entstanden als Folge einer eitererzeugenden Brustfellentzündung des Lungengewebes) durchbricht und sich in irgend eine Verzweigung der Luftröhre ergießt. Infolgedessen geschieht es, daß bei der Einatmung durch die entstandene kommunizirende Oeffnung Luft aus der Lunge in die Brusthöhle dringt. Die Lunge der betreffenden Seite sinkt zusammen. — Derselbe Zustand kann entstehen, wenn sich ein Geschwürsheerd von der Brusthöhle her nach außen öffnet oder von außen her eine durchdringende Verletzung durch Stich oder durch die spitzen Bruchenden einer gebrochenen Rippe stattfindet.

Der Verlauf der Krankheit ist folgender: Der Kranke hat plötzlich das Gefühl, als ob etwas in seiner Brust zersprungen sei; es treten heftige Schmerzen und hochgradige Atemnot auf, sodaß der Kranke nur sitzend und mit großer Anstrengung zu atmen vermag; der Kranke zeigt ein bleiches Gesicht, kühle Haut und häufigen, aber kleinen und kaum fühlbaren Puls (Collaps). — Da die Lunge durch die in die Brusthöhle eindringende Luft zusammengedrückt und dadurch funktionsunfähig wird, so findet eine Stauung des Venenblutes im rechten Herzen und im gesamten Blutader-

systeme, zugleich aber auch eine Anhäufung von Kohlensäure im Blute statt, wodurch die Erscheinungen der Kohlensäurevergiftung (Schwinden des Bewußtseins, Kälte der Haut ꝛc.) sich entwickeln.

Behandlung. Tritt der erwähnte Anfall ein, so nehme man sogleich ein Handtuch, tauche es in kaltes Wasser und lege es, halb ausgewunden, auf die Herzgegend. Desgleichen wasche man schnell den Körper mit kaltem Wasser und frottire ihn tüchtig, wenn nötig, mit einer Bürste. Lassen die Beschwerden nicht sogleich nach, so lege man kaltnasse Tücher an die Pulsadern des Halses und der Handgelenke. Durch den ausgeübten Kältereiz wird die Thätigkeit des Herzens zu heftiger Reaktion gezwungen, überwindet die Stauung und der geregelte Blutverkehr wird wiederhergestellt, während außerdem die Lungen, veranlaßt durch den kräftigen Pulsschlag des Herzens, die angesammelte Kohlensäure von sich stoßen. Durch die Frottirung des übrigen Körpers wird aber auch zugleich für schnellste Verteilung und Ableitung des vom Herzen ausgehenden verstärkten Blutstromes Sorge getragen. Gleichzeitig gebe man dem Kranken kaltes Wasser zu trinken, wenn auch nur wenige Schlucke. — Auch in diesem Falle vermag, wie aus dem Gesagten ersichtlich, kein einziges Tränkchen und Mittelchen der allopathischen Küche so wunderbaren, durchgreifenden und augenblicklich wirkenden Erfolg zu erzielen.

Weitere Behandlung oben genannter Krankheit siehe unter Brustfellentzündung.

Luftleere der Lunge. Dieselbe entsteht in den meisten Fällen bei schwächlichen Neugeborenen dadurch, daß die Atmung nicht gehörig in Gang kommt, durch die ja allein das bis dahin leberartig dichte Lungengewebe mit Luft erfüllt und dadurch ausgedehnt wird (Scheintod der Neugeborenen). Derartige Kinder atmen nur oberflächlich und wimmern nur, anstatt kräftig zu schreien. Es stellen sich auch bald die Vergiftungserscheinungen des Blutes ein, welche durch die Anhäufung von Kohlensäure in demselben bedingt werden (Schlafsucht, bläuliche Färbung der Lippen und des Gesichts).

Auch heftige Lungenkatarrhe können dadurch, daß der in den Luftwegen angehäufte Schleim den Zutritt der Luft zu den Lungenbläschen verhindert, zu einer Verdichtung und demzufolge Atmungsunfähigkeit der Lunge führen, ebenso wie ein auf das Lungengewebe von benachbarten Geschwülsten oder umfangreichen Ausschwitzungen (Brustfellentzündung) ausgeübter Druck.

Ueber die Behandlung der eintretenden Luftleere der Lunge bei Neugeborenen siehe Scheintod der Neugeborenen; bilden Geschwülste und Ausschwitzungen die Ursache, so ist das unter Brustfellentzündung angegebene Verfahren zu beobachten. Liegt eine einfache Schleimanhäufung vor, so sind Brustpackungen, warme Fußbäder, reichliches Trinken von warmem, mit beliebigem Geschmack versehenen Wasser und der Genuß von warmem Honig anzuwenden, desgleichen Klystiere und in Wasser verrührtem und getrunkenen Pflaumenmus gegen etwa bestehende Verstopfung. Siehe auch unter Katarrh und Schleimlungenentzündung.

Luftröhrenschwindsucht. Dieselbe ist ebenso wie die Kehlkopfschwindsucht eine häufig auftretende Folgewirkung entzündlich verlaufender Katarrhe. Beide Krankheiten bleiben fast niemals örtlich beschränkt, sondern treten mit der Lungenschwindsucht gemeinsam auf oder gehen in dieselbe über. In den Artikeln Gicht, Katarrh und Rheumatismus ist ausführlich dargelegt, in welcher Weise man sich vor dieser gefährlichen Krankheit schützen, also dieselbe verhüten kann. Im übrigen gilt auch betreffs dieses Leidens alles, was über Lungenschwindsucht und besonders in dem längeren Artikel Schwindsuchten überhaupt gesagt ist.

Der vorhandene Kräftezustand des Kranken ist allein ausschlaggebend, in welcher Weise dieser behandelt werden kann und darf. Das Schablonentum, welches sich auch in der Naturheilkunde jetzt so breit macht, aber im Erfolge nur kurze Triumphe zu feiern imstande sein wird, ist hier ebenso verderblich wie die zahllosen Mittel, welche die Allopathie, und zwar sowol die Quacksalber ohne als auch mit Diplom, gegen die Schwindsuchten in's Treffen führt. Je nach den Umständen kann bei einer sorgsam individualisirenden Wasserkur Linderung, vielleicht sogar vollständige Heilung zu hoffen sein. Oertel erzählt von einem Freunde, dem Stadtpfarrer R. in S. G., der auf seinen Rat eine beginnende Kehlkopfschwindsucht vermittelst Schnee und Wasser vollständig heilte. Und Munde berichtet in seinen „Allerneuesten Wasserkuren": „Es ist mir ein einziges Beispiel einer durch die Wasserkur geheilten Luftröhrenschwindsucht bekannt. Der Geheilte, Herr Roßteuscher in Kassel, einer unserer eifrigsten Wasserfreunde, hat sich selbst behandelt und sein Uebel durch größtenteils örtliche Anwendung des kalten Wassers und tüchtiges Wassertrinken beseitigt. — Ein bekanntes Volksheilmittel bildet der Genuß der ungewässerten Heringsmilch.

Lungenblutsturz s. Bluthusten.

Lungenentzündung, croupöse. Dieselbe ist eine der häufigsten Erkrankungen im kräftigsten Lebensalter und tritt oft bei plötzlichem und starkem Temperaturwechsel im Winter und im Frühjahr auf, besonders unter der Einwirkung von Nord- und Nordostwinden, dabei aber immer unter Voraussetzung einer bestimmten Lebensweise (einseitiger Fleischgenuß nebst geistigen Getränken). Croupös wird diese Lungenschwindsucht deshalb genannt, weil das hierbei in den Luftwegen abgesetzte Exsudat (Ausschwitzung) von derselben Natur ist wie beim Kehlkopfkatarrh (häutige Bräune). Von diesem Exsudat sind die Lungenbläschen eines oder mehrerer Lungenlappen bis zu dem Grade erfüllt, daß die Lunge vollständig luftleer ist und ihr Gewebe an Farbe und Dichtigkeit der Leber gleicht. Jene Ausschwitzung einer dicken, klebrigen Flüssigkeit, die durch ihren Faserstoffgehalt gerinnt, erleidet weiterhin eine Umwandlung derart, daß sie zum Teil aufgesaugt, zum Teil ausgeworfen werden kann, ohne daß die Lungensubstanz hierbei irgend welchen Schaden erleidet.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Die in Rede stehende Lungenentzündung ist ausnahmslos von heftigem Fieber begleitet und wird durch Schüttelfrostanfälle eingeleitet. Auch durch heftige Kopfschmerzen, durch

Ziehen in den Gliedern und Störungen in der Magenverdauung kündigt sich die Krankheit an. — Bald stellt sich eine hochgradige Hitze ein, voller und häufiger Pulsschlag nebst heftigem Durst; bald zeigt sich das charakteristische schnelle und oberflächliche Atmen (Nasenflügelathmen), Druck und Beklemmung auf der Brust, Seitenstechen und Husten mit blau- oder rostfarbigem Auswurf. Trotz des beständigen Hustens werden nur ganz geringe Mengen des Auswurfs von der erwähnten Beschaffenheit entleert, der anfänglich schaumig, weiß und zähe, bald eine gelbe und weiterhin, wie erwähnt, eine rost- oder rotbraune Farbe annimmt. Die Zunge ist weiß oder gelb belegt, in hochgradigen Fällen trocken. Oft stellt sich Brechreiz oder auch Erbrechen ein. Die Haut ist anfänglich trocken und heiß, weiterhin, besonders in den Handtellern, feucht. Das Gesicht des Kranken ist glühend. An den Lippen ist sehr oft ein Hitzausschlag (Hitzblattern) vorhanden; gewöhnlich tritt am fünften Tage die Wendung (Krisis) ein, indem das Fieber plötzlich abnimmt, die Atmung freier wird, der Urin hell und reichlich, der Puls normal wird und auf der Brust Rasselgeräusche zu hören sind.

Bisweilen tritt die Wendung zum besseren nur ganz allmälig ein, indem eine Krankheitserscheinung nach der anderen fortfällt. Oder es entwickelt sich, indem die Ausschwitzung in den Zustand der Verkäsung übergeht, ein längeres, vom Zehrfieber begleitetes Lungenleiden.

Behandlung siehe Brustentzündung und Schleimlungenentzündung.

Lungengicht. Die Lungengicht erfordert, da sie eine bloße Versetzung der Gicht ist, im allgemeinen die unter diesem Artikel ausführlich angegebene Behandlung. Gewöhnlich wird von diesem Leiden die Lunge derjenigen Personen befallen, welche bei anhaltender Geistesanstrengung eine vorwiegend sitzende Lebensweise führen. Die Betreffenden mögen durch vorbeugende Maßnahmen, also durch Stärkung der Lungen, möglichen Anfällen vorbeugen, namentlich auch Erkältung der Lungen verhüten. Am besten geschieht dies durch tägliche Bewegung in freier Luft, bei welcher oftmals recht tief und langsam Ein- und Ausatmungen stattfinden müssen; ferner durch öfteres Waschen der Brust und Umschläge um dieselbe während der Nacht. Doch bedarf es der größtmöglichsten Vorsicht, wenn ein Gichtkranker von Katarrh, Husten, Grippe u. s. w. befallen wird, um in diesem Falle die Gicht von den Lungen abzuleiten. In diesem Falle sind kalte Bäder, sehr kaltes Trinken, Unterdrückung des Schweißes und starke Bewegung zu meiden; man halte sich streng diät, genieße weder Fleisch noch sonstwie gewürzte Speisen, keine erregenden oder erhitzenden Getränke und halte sich an mehlige, mild nährende Speisen; Suppen, Hafergrütze, Sago, Reis u. s. w. Ist es zur Winterszeit, so vermeide man die kalte Luft (vorsichtiges Lüften des Schlafzimmers), im Sommer besonders die Nachtluft, überhaupt alles, was geeignet ist, die Lungen zu reizen. Tag und Nacht sollte die Brust mit einem erregenden Umschlag bedeckt und dieser mit warmen Tüchern und oft gewechselten gewärmten Tellern ausreichend warm gehalten werden.

Hat jedoch eine Versetzung der Gicht auf die Lungen schon stattgefunden, so soll der Kranke das Bett hüten und geduldig, ohne etwas zu übereilen, den Ausgang der Krankheit abwarten. Dabei sind Ganzpackungen, die nach Umständen zu wechseln sind, anzuwenden; doch soll starkes Schwitzen vermieden werden. Denn die Vermehrung des Blutandranges nach den Lungen, welche hierdurch erzeugt wird, könnte Veranlassung zu einer Lungenentzündung geben. Das Leintuch zur Packung ist mithin nur leicht zu nehmen und in abgeschrecktes, nicht kühles Wasser zu tauchen, damit die Reaktion des Blutes nach der Haut nicht eine zu heftige wird, also der Kranke bei der Packung in leichtem, ihm wohlthuenden Wasserdunste sich befindet.

Lungenschwindsucht. Wesen und Entstehungsursachen. Unter dieser Krankheit versteht man sowol die chronische katarrhalische Lungenentzündung mit käsigen Ablagerungen, die aus eingedicktem Eiter bestehen, als auch die eigentliche Lungentuberkulose.

Die erstere entwickelt sich entweder aus einer schlecht verheilten akuten Lungenentzündung oder sie tritt gleich von Anfang an chronisch auf und zwar ganz vorwiegend unter Lebensverhältnissen, die dadurch gesundheitswidrig sind, daß der Lunge nicht genügend frische Luft zugeführt wird, ferner die Atmung nur oberflächlich vor sich geht, und auch die Ernährungsverhältnisse nur unzureichende sind. Chronische Reizzustände in den Schleimhäuten der Luftröhre und ihrer Verzweigungen, die Einatmung unlöslicher, staubförmiger Substanzen, besonders bei schmalbrüstig Gebauten, bilden die hauptsächlichsten Entstehungsursachen.

Erkennungsmerkmale und Verlauf. Andauernde, hartnäckige Katarrhe der Luftröhrenschleimhaut und ihrer Verzweigungen, verbunden mit Mattigkeit und zeitweiligen Fiebererscheinungen und Frösteln, welches mit Hitze und Durst abwechselt, nebst der Abmagerung und dem sonstigen Aussehen des Kranken erwecken mehr oder weniger begründeten Verdacht auf eine Erkrankung an Schwindsucht. In vielen Fällen gesellt sich Bluthusten hinzu nebst eitrigem Auswurfe; weiterhin treten starke, erschöpfende Nachtschweiße auf und zeitweise wassersüchtige Anschwellungen der Knöchel.

Die Lungentuberkulose gilt im Gegensatze zu der chronischen Lungenentzündung, welche man als eine erworbene Krankheit betrachtet, als eine angeborene, und es giebt Familien, in denen seit Menschengedenken die Schwindsucht in jeder Generation ihr Opfer fordert, ja, die sogar an dieser Krankheit vollständig aussterben. Eine erbliche Veranlagung der Lungenschwindsucht ist häufig schon im frühen Alter in einem schlanken, schmalen Körperbau, in der bleichen Gesichtsfarbe, an einem flachen und schmalen Brustkorbe, an der zarten, durchsichtigen Haut der Hände und an der bläulichen Färbung und dem durchschimmernden Aussehen des Weißen im Auge schon zu einer Zeit erkennbar, wo alle sonstigen Krankheits-Erscheinungen der Lungenschwindsucht noch fehlen. Jedoch kann auch bei im Uebrigen sehr kräftig veranlagten Menschen eine erbliche Anlage zur Lungenschwindsucht gegeben sein.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

In jedem Falle erweisen sich die Betreffenden sehr wenig widerstandsfähig gegen jedwede krankmachende Einflüsse der verschiedensten Art, sodaß z. B. schon geringfügige Anlässe und Erkältung hartnäckigen Husten nach sich ziehen. Oft zeigt sich auch schon in früheren Lebensjahren Nasenbluten und Anschwellungen der Lymphdrüsen, namentlich in der Schenkelbeuge. Der Ausbruch der Krankheit findet am häufigsten zwischen dem 16. und dem 24. Lebensjahre statt.

In seltenen Fällen beginnt die Krankheit mit Bluthusten, mit Kitzel im Kehlkopf, mit Husten und Fieber. Meist beginnt sie mit einem kurzen, trockenen Husten und mit einem etwas zähen, öfter mit Blutspuren vermischten Auswurf. Auch ist, besonders in der Nacht, öfter ein lästiger Kitzel im Kehlkopf vorhanden. Dieser Husten ist besonders dadurch verdächtig, daß er sehr hartnäckig ist, und der Kranke schon vorher bleich, schwach und mager zu werden pflegt. Oft gesellt sich hierzu eine hartnäckige Heiserkeit, chronischer Katarrh des Rachens und Kurzatmigkeit. Nicht immer sind Druck und Schmerzen in der Brust vorhanden. Die Lungenschwindsucht ergreift gewöhnlich zuerst eine Lungenspitze, in der Mehrzahl der Fälle die rechte. Dadurch daß der erkrankte Teil der Lunge, also die Lungenspitze, sich verdichtet und einschrumpft, sinken die entsprechenden Stellen der äußeren Bedeckung ein und es bilden sich oberhalb der Schlüsselbeine ansehnliche grubenförmige Vertiefungen, deren Grund sich bei den einzelnen Atemzügen kaum oder gar nicht bewegt.

Der Ernährungszustand des Kranken verschlimmert, er magert mehr und mehr ab (daher der Name „Schwindsucht). Die Backenknochen treten stärker hervor, und es zeigen sich scharfumschriebene, durch die geringste körperliche oder geistige Erregung sich steigernde rote Stellen auf der Wange (Kirchhofsrosen). Zeitweilig treten Fiebererscheinungen auf, die den Character eines (hektischen) Zehrfiebers haben. In der Nacht wird der Kranke durch starke und ermattende Schweiße erschöpft und der schleimig-eitrige Auswurf wird reichlicher und lockerer, und gewöhnlich stellen sich auch hochgradige Diarrhöen ein. Haben sich größere Eiterhöhlen (Cavernen) in der Lunge gebildet, so wird der Auswurf außerordentlich übelriechend. Zeitweilig treten wassersüchtige Anschwellungen an den Knöcheln auf und es ist beständiges Fieber vorhanden. Diejenige Lungenschwindsucht, welche mit Lungenknoten (Tuberkeln) verbunden ist, ist häufig eine Folgekrankheit der Skropheln (s. diese), welche aus diesem Grunde ganz besondere Beachtung und Befolgung der von uns erwähnten Behandlung verdienen. Diese Lungenschwindsucht kommt gewöhnlich erst im Jünglings- oder im angehenden Mannesalter zur Entwickelung.

In neuester Zeit ist die ärztliche Welt in fieberhafte Aufregung dadurch versetzt worden, daß eine Anzahl von Forschern für die Lungenschwindsucht und alle sogenannten ansteckenden Krankheitsformen mikroskopisch kleine, auf der niedrigsten Stufe der organischen Entwicklung stehende Organismen, sogenannte Pilze, als Entstehungsursache bezeichnen, indem sie annehmen, daß diese in den gesunden Körper gelangenden Pilze die be-

treffenden Krankheitsprozesse einleiten und bei ihrer unbegrenzten Vermehrungsfähigkeit eine Art von Gährungs- und Zersetzungsprozeß der organischen Bestandteile des Körpers herbeiführen. So geschah es, daß man für jede Infektionskrankheit einen besonderen Pilz als Urheber ansah. — Die ganze Lehre von den Pilzen als Krankheitsursache ist jedoch keineswegs in dem Maße begründet, daß sie im Stande wäre, die zahlreichen berechtigten Einwände entkräften zu können. Man findet beispielsweise Gährungspilze, welche miriadenweise in der Luft herumschwärmen und bei jedem Gesunden in den Verdauungswegen sich befinden; große Mengen derselben werden tagtäglich durch gährende Getränke und den Genuß von Käse, in denen bekanntlich unzählige dieser organisirten Gährungserzeuger enthalten sind, in den Körper eingeführt, ohne daß schädliche Folgewirkungen entstehen. Wenn also eine Pilzwanderung in den menschlichen Organismus als krankheitserregendes Moment angesehen werden soll, und eine massenhafte Vermehrung der Pilze sehr schnell einen tötlichen Ausgang herbeiführen soll, so versteht man nicht, wo plötzlich der giftige Charakter derselben herkommen soll; es erübrigt alsdann nur noch die Möglichkeit, daß an sich gutartige Pilzformen sich aus unbekannten Ursachen in eine giftige Form umwandeln, oder daß sie überhaupt nur zufällige Träger eines eigenartigen Krankheitsgiftes sind, welches jene Zersetzungsprozesse herbeiführt oder die regelrechte Lebensthätigkeit des Organismus in charakteristischer Wrise abändert. Weder bei der Lungenschwindsucht noch bei irgend einer anderen ansteckenden Krankheitsform ist bis jetzt der unumstößliche und wissenschaftliche Nachweis geliefert, daß sie dem Eindringen jener kleinsten Organismen in den Körper thatsächlich ihre Entstehung verdankt; und daß sie die Krankheitskeime der Infektionskrankheiten sind, ist und bleibt zunächst eine offene Frage.

Behandlung. In dem größeren Artikel Schwindsuchten ist über die allgemeine Behandlung derartiger Erkrankungen auf das Ausführlichste gesprochen und verweisen wir in der Hauptsache auf denselben. Hat man es nur mit einer Anlage zur Lungenschwindsucht zu thun oder aber auch mit ihren ersten Anfängen, so darf man unter genauer Befolgung der Vorschriften der naturgemäßen Heilweise Heilung sicher erwarten. Es tritt dann die rettende Selbsthilfe der Natur ein und die bereits vorhandenen Tuberkelmassen erleiden eine Art Rückbildung, indem sie in den Zustand der Verkreidung oder Verhornung übergehen. Hustenreiz und Atembeklemmung und Stiche in der Brust treten zwar noch manchmal auf, aber das Allgemeinbefinden hebt sich ersichtlich, denn die noch nicht angegriffenen Lungentheile funktioniren wieder gesundheitsgemäß, während der angegriffene, verkreidete, verhornte Teil ohne Beschwerden für den Gesamtorganismus vergessen in seiner Ecke ruht. Ja, selbst mit einer nur zur Hälfte noch vorhandenen Lunge können die Kranken noch viele Jahre leben und älter als diejenigen werden, welche trotz gesunder Lunge ein naturwidriges Leben führen. Bedingt ist diese Selbsthilfe der Natur jedoch durch eine noch mögliche Verbesserung der gesamten Blutbeschaffenheit,

durch eine einheitliche Hebung der Widerstandsfähigkeit im Organismus, vermöge welcher er die vorhandenen schädlichen Stoffe zu beherrschen, also entweder auszuscheiden oder aber sozusagen einzukapseln und für den Gesamtbetrieb unschädlich zu machen vermag.

Also der leitende Gedanke bei der Behandlung der Lungenschwindsucht muß der sein: Das Betriebskapital im Körper auf alle der natürlichen Heilweise möglichen Art zu schonen, zu erhöhen, auf die denkbar haushälterischste Weise mit demselben zu verfahren. Deshalb können auch genauere Vorschriften (Rezepte der Naturheilkunde) unmöglich gegeben werden. Streng individuell muß die Behandlung sein. Wo viel Kräfte noch vorhanden sind, läßt sich mit kühleren, also kräftigeren Temperaturen arbeiten; je weniger Blut- und Kraftkapital zur Verfügung steht, um so wärmer, gelinder und milder müssen die anzuwendenden Maßnahmen sein.

Die Douche und die große Wanne haben Lungenkranke so lange zu meiden, bis man sich von ihrer Heilung überzeugt hat. Denn das Vollbad ist eine den Gesamtkörper zu sehr erregende Maßnahme. Die Kranken mögen sich ruhig verhalten, physisch und psychisch, viel (aber nicht zu kühles) Wasser trinken, je nach den oben erwähnten Umständen in feuchten Leintüchern dünsten, Abwaschungen und Halbbäder vornehmen.

Die Diät soll mild und mehr kühl als warm sein. Alle erhitzenden, erregenden, zu stark gewürzten, gesalzenen, zu fetten oder zu blähenden Speisen sind zu meiden. Bei schon vorgeschrittenem Stadium soll die Diät streng vegetarisch sein.

Wer bereits Anlage zur Lungenschwindsucht hat, vermeide heftige Körperbewegungen jeder Art, also zu schnelles Laufen, Tanzen, anhaltendes Singen, Geschlechtsaufregungen jeder Art (Onanie!). Durch tägliche Bewegung in freier Luft, ruhig ausgeführte Atemgymnastik, tägliches, nicht bis zur Ermüdung ausgedehntes lautes, aber langsames Lesen suche man die Brust zu erweitern und zu stärken. Man wasche auch häufig die Brust mit kühlem Wasser.

Man vermeide schroffe Temperaturwechsel und rauhe Winde und hüte sich, z. B., wenn Ostwind herrscht, ins Freie zu gehen, sondern unternehme dafür im gutgelüfteten Zimmer Atemübungen und Muskelbewegungen. Die Luft, welche dem Lungenkranken am zuträglichsten ist, muß warm und feucht sein, daher auch die warmen südlichen klimatischen Kurorte, denen der so notwendige Feuchtigkeitsgehalt der Luft fehlt, die Lungenschwindsucht mehr begünstigen als zur Heilung derselben beitragen. Wohn- und Schlafstube dürfen weder dumpf und feucht noch zu kühl sein. Viel Sonne, viel frische Luft, angenehme Wärme sollen sie enthalten; besonders das Schlafzimmer, und die Betten seien niemals kalt.

Um jedoch nicht eine Verweichlichung des Patienten zu erzielen, wende derselbe, wie schon oben erwähnt, eine allmälig sich steigernde, also methodisch vorgehende Abhärtung an: anfangend mit Trockenfrottirungen des Körpers, gehe man weiterhin allmälig zu feuchten Abreibungen und kühleren Waschungen über. Jegliche Erkältung ist zu verhüten und die Hautwärme

immer gleichmäßig zu erhalten. Deshalb ist es auch notwendig, unter Beachtung der Abhärtungsmaßregeln den Patienten warme Unterkleider tragen zu lassen. Man versäume nicht, freie Bewegung der Glieder durch leichte körperliche Arbeiten (Gartenarbeit, Sägen, Hobeln) regelmäßig stattfinden zu lassen, vermeide aber hierbei Heftigkeit in der Beschäftigung, die an sich schon den Lungenkranken wegen ihres regen Geistes sehr eigentümlich ist.

Schlechte und naturwidrige Ernährungsweise und vernachlässigte Körperpflege beschleunigen den Vereiterungsprozeß; angemessene Diät, methodische Abhärtung des Körpers, freie, frische Luft, und nochmals Luft, und zum dritten Male Luft sind das Brod der Lungen und sind die erfolgreichsten Mittel, fortgesetzte Ablagerung der Tuberkelmasse hintanzuhalten, vorhandene Ablagerungen unschädlich zu machen und den Menschen zu retten und wieder lebensfähig zu machen.

Siehe auch den Art.: Naturheilverfahren (beruhigendes Verfahren, beruhigende Diät). Hat man nach vorstehend angegebener Weise alles gethan, was zur Unterstützung der Heilkraft im Organismus möglich und angezeigt war, so überlasse man das weitere ruhig der Natur. Sie ist niemals an sich grausam; sie zerstört nur, wenn sie in ihren Forderungen mißachtet wird und sie hilft immmer und immer wieder mit ihrer letzten Kraft, wenn man ihre Gebote beachtet.

Lustseuche s. Syphilis.

Luxation s. Verrenkung.

Lymphgefäß- und Lymphdrüsenentzündung. Die Erscheinungen sind ähnliche wie bei der Venenentzündung (s. diese). Die entzündeten Lymphbahnen sind entweder für das Auge gar nicht sichtbar, aber bei Druck sehr empfindlich, oder als leichte, rötliche Streifen auf der Haut erkennbar. Daneben schwellen zugleich auch die weiter aufwärts (nämlich an den Gliedmaßen) gelegenen Lymphdrüsen an. Geschwulst und Härte, örtlicher Schmerz und Rötung sind die örtlichen Krankheitserscheinungen. Oft auch sind Fieberbewegungen vorhanden. — Abgesehen von allgemeinen Leiden, z. B. von gewisser krankhafter Beschaffenheit oder Vergiftung der Säfte (Skrophulöse, Syphilis, Tuberkulose, Krebs, Pest) können auch durch örtliche Einwirkungen von giftigen Substanzen Lymphgefäß- und Lymphdrüsenentzündungen eintreten.

Behandlung siehe die unter Krankheiten, entzündliche angegebene.

Madenwürmer s. Wurmkrankheit.

Magen. Ehe wir die verschiedenen Magenleiden zur Besprechung bringen, wird es angezeigt sein, die Natur des Magens als Ernährers des menschlichen Organismus, sowie überhaupt einiges über Bau und Verrichtung des gesamten Verdauungsapparatrs einer anatomisch-physiologischen Untersuchung zu unterziehen.

Der Verdauungskanal besteht aus Mund, Schlund, Speiseröhre, Magen und Darmkanal Vervollständigt wird dieser Apparat durch den Zubehör drüsiger Organe: nämlich der Speicheldrüsen, Mundhöhle, Leber, Milz, Bauchspeicheldrüse und der Gekrösedrüse.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Des Verdauungsapparates bedarf es, weil das Leben nur durch den fortwährenden Umsatz der den Körper zusammensetzenden Stoffe, also durch eine beständige Veränderung der Form- und Mischungsbestandteile desselben fortzubestehen vermag. Es findet also ein beständiger Stoffwechsel statt, ein beständiger Abgang untauglich gewordener Stoffe und eine entsprechende Zufuhr neuer Bau- und Betriebsmaterialien; diese zur Deckung der fortwährenden Ausgaben des Körpers erforderlichen Stoffe heißen Nahrungsstoffe. Dieselben entstammen dem Tierreich, dem Pflanzenreich und der anorganischen (leblosen) Natur. Es ist ein tief beklagenswertes Vorurteil unserer Zeit, daß man den schwergelehrten Irrtum populär und achtungswert gemacht hat, als ob die dem Tierreich entstammende Nahrung wertvoller, weil nahrhafter und kräftigender als diejenige aus dem Pflanzenreiche sei. Es ist ein großes, nicht genug zu rühmendes Verdienst der Vegetarier, daß sie diese Irrlehre durch Wort und Schrift bekämpft und — was am meisten sagen will — durch die That bewiesen haben, daß jene Behauptung wissenschaftlicher Autoritäten eine irrtümliche ist.

Man unterscheidet eiweißhaltige Nahrungsstoffe (z. B. Milch, Getreidesamen, Hülsenfrüchte, Käse, Fleisch, Blut und Eier) und nicht eiweißhaltige (fett-, stärkemehl- und zuckerhaltige) Nahrungsstoffe, z. B. tierische Fette aller Art (Schmalz, Talg, Butter, Thran 2c.) und pflanzliche Fette (z. B. Oliven-, Mohn-, Buchecker- und Sonnenblumenöl 2c.). Zu den stärkemehlhaltigen gehören: Stärke (Reis, Kartoffeln,) Pflanzenschleim, Pflanzengallerte, Gummi, zu den zuckerhaltigen: Zucker, Milchzucker, Honig.

Zu den anorganischen Nahrungsstoffen gehören die Luft, das Wasser, Eisen und gewisse Salze. Eine der wesentlichsten Lebensbedingungen ist die Zufuhr von Wasser, denn es bildet das allgemeine Auflösungsmittel für alle im Körper vorkommenden Stoffe und wird dadurch zum Vermittler aller physikalischen und chemischen Vorgänge; durch seine Verdunstung auf die Haut und in den Lungen wird dem Körper fortwährend beträchtliche Wärme entzogen und ist es deshalb das wirksamste Abkühlungsmittel, der leistungsfähigste Wärmeregulator des menschlichen Körpers. Aus diesem Grunde spielt es auch bei Krankheiten, die mit einer Temperaturerhöhung des Blutes verbunden sind, eine überaus wichtige Rolle.

Zweck des Verdauungsprozesses ist es, aus den Nahrungsmitteln die Nahrungsstoffe auszuziehen und dieselben in die zur Aufnahme in das Blut geeignete Form überzuführen.

Man spricht 1. von einer **Vorverdauung**, welche die mechanischen Vorgänge in der Mundhöhle umfaßt: die Aufnahme der Speisen in den Mund, ihre Zerkleinerung durch die Zähne (Kauen), ihre Einspeichelung und Hinabschlucken derselben. Das Einspeicheln der Speisen während des Kauens ist von ganz besonderer Wichtigkeit. Wo mangelhafte Zähne ein sorgfältiges Kauen verhindern (die Einspeichelung ist auch ein chemischer Act, da beispielsweise die stärkemehlhaltigen Stoffe durch den Speichel in Zucker umgewandelt werden), da ist auch die Einspeichelung, ein Teil der

Verdauung, eine unzureichende und leiten sich hieraus zahlreiche Verdauungsstörungen und sog. Magenleiden her.

2. Die **Magenverdauung**, ein sehr wichtiger Prozeß, da durch denselben die wichtigsten Nahrungsstoffe löslich und somit geschickt zur Aufsaugung ins Blut gemacht werden. Sie setzt die in den Magen gelangenden Speisen der Einwirkung des sogenannten Magensaftes, eines Absonderungsproduktes der sogenannten Labdrüsen, aus; außerdem werden die Speisen durch die mechanischen, wurmförmigen Bewegungen des Magens untereinander gebracht und durch die chemischen Einwirkungen der Säure und des ebenfalls aus den Magendrüsen abgesonderten Pepsins in eine graue, eigentümlich riechende Masse (Chymus) von fadem, sauerem Geschmack verwandelt. Je nach Art und Beschaffenheit des Genossenen geschieht dies in 2 bis 4 Stunden. Im Magen werden die Eiweißstoffe verdaut.

3. Die **Dünndarmverdauung**, durch welche die Fette und stärkemehlhaltigen Stoffe gelöst und aufsaugungsfähig gemacht werden. Der Dünndarm, durchschnittlich $7\frac{1}{2}$ m lang, bildet einen Haufen von Darmschlingen in der Mittel- und Unterleibsgegend. Seine erste Abteilung heißt Zwölffingerdarm (da seine Länge der Breite von 12 Fingern gleichkommt), beginnt am Eingang des Magens und nimmt den Gallengang und die Mündung der Bauchspeicheldrüse auf; die anderen Abteilungen sind der Leerdarm und der Krummdarm. In der rechten Hüftgegend mündet der Dünndarm in den Dickdarm.

Die Organe der Dünndarmverdauung sind: der Zwölffingerdarm, der Leerdarm und der Krummdarm, außerdem die Leber, die Gallenblase und die Bauchspeicheldrüse.

Wie der Magen, so wird auch der übrige Verdauungsschlag aus 5 um einander herumliegenden Häuten gebildet. Die innerste Schicht ist die Schleimhaut, von graurötlicher, während der Verdauung mehr oder minder lebhaft roter Farbe. Dieselbe ist, damit sie der Ausdehnung des Darmes nachgeben kann, in sehr zahlreiche schmale Cförmige und an der Höhlung des Darmkanales hineinragende Falten zusammengelegt. Diese Innenfläche der Dünndarmschleimhaut ist außerdem mit unendlich zahlreichen zarten Zotten besetzt, die hauptsächlich der Aufsaugung der dazu geschickt gemachten Nahrungssäfte dienen. Ferner sind in unendlicher Zahl die verschiedenartigsten Drüsen in die Darmschleimhaut eingelagert, welche Darmschleim und Darmsaft ausscheiden.

Um das Schleimhautrohr herum, also nach außen, liegt eine zweite Schicht der Muskelhaut. Diese Haut ist es, welche die wurmförmigen Bewegungen des Darmes ausführt und den Darminhalt weiter befördert. Die äußerste Schicht oder Haut des Darmkanals wird durch eine sehr dünne, glänzende, glatte Haut, eine poröse Haut, dem sogenannten Bauchfell, überzogen. Die Leber ist das größte, bei Erwachsenen gegen 2 Kilo schwere drüsige Organ. Der rechte Leberlappen nimmt in der oberen gewölbten Fläche der Leber fast $\frac{3}{4}$ derselben ein, an seiner unteren schwach ausgehöhlten Fläche liegt in einer Furche die Gallenblase. Das

[1] **Voigt:** Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Absonderungsprodukt der Leber ist die Galle, die bekannte braun- oder grüngelbe, dickliche Flüssigkeit, welche in den oberen Teil des Dünndarms (Zwölffingerdarm) ergossen wird, sich dem Speisebrei beimischt und dessen Umwandlung in Speisesaft (Chylus) befördern hilft, die wurmförmigen Bewegungen des Darmes erregt und das Blut von zahlreichen Schlacken befreit.

Die Pfortader, ein für die Naturheilkunde bei der Behandlung von Unterleibsleiden ganz besonders wichtiges Organ, sammelt das gesamte Venenblut aus allen zum Verdauungsapparat gehörenden Eingeweiden, und führt dasselbe durch die in einer Querfalte der Leber befindliche Oeffnung (Leberpforte) in die gesamte Lebersubstanz. Das Pfortaderblut ist dickflüssiger und fetthaltiger als das in anderen Blutadern, das aus der Leber wieder abfließende Blut hingegen besser und reich an jungen Blutkörperchen.

Die Bauchspeicheldrüse, eine den Mundspeicheldrüsen ähnliche, aber 15 cm lange und 50 gr schwere Drüse erzeugt den Bauchspeichel, eine durchsichtige, klebrige, salzig schmeckende Flüssigkeit, die sich in nächster Nähe von der Mündung des Gallenganges in den Zwölffingerdarm ergießt.

Nachdem die Magenverdauung vollendet und der Mageninhalt aus dem Pförtner in den Zwölffingerdarm getreten ist, d. h. die gelösten Reste wie auch die noch unveränderten, festen Rückstände der Nahrung, so beginnt die Dünndarmverdauung, durch welche, wie bereits erwähnt, die fetten und stärkemehlhaltigen Stoffe gelöst und aufsaugungsfähig gemacht werden. Alsdann beginnt 4. die Dickdarmverdauung oder Nachverdauung, durch welche die Umwandlung letztgenannter Stoffe fortgesetzt wird. Aus den unverdaulichen und unverdaut gebliebenen Resten der Nahrungsmittel sowie aus den Versetzungsprodukten der Galle und des Schleimes wird im Dickdarm der Kot gebildet, dem bisweilen noch ein Teil aufgelöster, aber nicht ausgebrauchter Nahrungsstoffe beigemengt ist. Der Dickdarm ist bedeutend kürzer ($1\frac{1}{2}$ m) als der Dünndarm. Er zerfällt in den Blinddarm, Grimmdarm und Mastdarm. Der Grimmdarm hat einen aufsteigenden Teil, vom rechten Hüftknochen nach der Leber emporsteigend, einen querverlaufenden (Quergrimmdarm) von der rechten Seite (Lebergegend) nach der linken Seite (Milzgegend) einlaufend und einen absteigenden Teil, der von der Milzgegend abwärts nach dem linken Hüftbeine verläuft. Im Dickdarme werden besonders die stärkemehlhaltigen Stoffe verdaut und dadurch aufsaugungsfähig gemacht. Dadurch daß im Dickdarm eine Zersetzung der Galle vor sich geht, färbt sich der Darminhalt und nimmt Kotgeruch an.

Das Bauchfell ist eine äußerst feine durchsichtige Haut, welche die innere Oberfläche der Bauchhöhle und alle Eingeweide des Unterleibes überkleidet. Der Dünndarm und ein Teil des Dickdarms sind in einzelnen Falten des Dickdarmes gebettet und diese Faltungen, in denen die Adern zu und von den betreffenden Darmpartieen verlaufen, nennt man Gekröse, eine frei herabhängende Doppelfalte des Bauchfells, welche den vorderen

Teil des Verdauungsschlauches wie eine Schürze bedeckt, führt den Namen Netz, der Hohlraum, welcher es umkleidet, ist der Netzbeutel.

Unter Saugadern versteht man jenes äußerst feine Röhrenwerk, welches das Endprodukt des Verdauungsprozesses, den Milch- und Speisesaft (Chylus) auffaugt (daher Saugadern) und nach einem größeren gemeinschaftlichen Kanale, dem Milchbrustgange, der die Dicke eines Federkieles hat, hinleitet. Dieser läuft längs der Wirbelsäule empor und mündet in die linke Schlüsselbeinblutader (Vene), woselbst sich sein Inhalt in den Blutstrom ergießt. Der im Milchbrustgange befindliche Chylus (Milch- oder Speisesaft, das Endprodukt der Verdauung) ist eine der Lymphe sehr ähnliche, jedoch dickflüssigere und klebrige trübe Flüssigkeit, in welcher Oeltröpfchen und Chyluskörperchen schwimmen.

Die Lymphe ist dagegen eine dünnflüssige, schwachgelbliche, geruchlose und durchsichtige Flüssigkeit, die wie das Blut aus einer gleichartigen Flüssigkeit besteht, in welcher kleine, zellige Gebilde, die Lymphkörperchen, schwimmen.

Die Lymphdrüsen sind rundliche oder ovale, meist plattgedrückte, rötliche, härtliche Körper von Linsen- bis Haselnußgröße, in welche die Geflechte der Saugadern münden. Die Lymphdrüsen liegen an verschiedenen Stellen des Körpers in lockeres, fettreiches Zellgewebe eingebettet. Am häufigsten findet man sie in der Nähe von Schleimgeweben oder da, wo fremde Substanzen in den Körper aufgenommen werden (Brusthöhle, Bauchhöhle), z. B. da, wo sich die Luftröhre in zwei Zweige (Bronchien) teilt und im Gekröse, ferner in der Leistengegend, in der Achselhöhle, im Becken und am Halse; die kleinsten finden sich am Kopfe und im Netze.

Die Milz ist ihrem Bau nach eine große, an Blutgefäßen überaus reiche Lymphdrüse. Sie gehört allem Anscheine nach zu den blutbildenden Organen. Ihre Länge beträgt ca. 12 cm, ihre Breite 7 cm; ihr Gewicht 200—300 gr. Ihre Funktionen sind noch sehr in Dunkel gehüllt.

Magenbeschwerden s. Gastrischer Zustand und folg. Art.

Magenblutungen. Dieselben entstehen gewöhnlich infolge von Blutstauungen in der Milz, in der Leber und der Magenschleimhaut. Auch sind sie häufig die Folge von oft angewandten Brechmitteln und Begleiterscheinungen gestörter Menstruation, von Hämorrhoidalzuständen und schweren allgemeinen Erkrankungen: Typhus, akute Hautausschläge, Kindbett- und gelbes Fieber.

Die Vorboten der Magenblutungen bestehen in Uebelkeit, Brechreiz, Schwindel, Schwarzwerden vor den Augen, Gefühl von Völle und Druck in der Magengrube und die Empfindung des Heraufsteigens einer warmen Flüssigkeit in die Speiseröhre. — Die Magenblutungen unterscheiden sich von Lungenblutungen dadurch, daß im ersteren Falle dem Blutbrechen Magenbeschwerden vorausgehen und auch nach demselben noch Brechreiz fortbesteht. Während des Erbrechens ist gewöhnlich ein ohnmachtsähnlicher Zustand vorhanden, das Blut ist dunkel- (sehr selten hell-) rot und gewöhnlich mit Speiseresten vermischt. Die nachträglichen Stuhlentleerungen

zeigen das durch den Magensaft und Darmsaft veränderte Blut als eine theerartige, dunkle Masse. Bei Lungenblutungen geht meist Husten voraus, der auch nach dem Blutsturz nach fortdauert. Der Auswurf ist schaumig und blutstreifig, außerdem sind Brusterscheinungen vorhanden. Das Blut ist schaumig und hellrot und hinterläßt einen süßlich-salzigen Geschmack auf der Zunge. Lungenblutungen pflegen keine Ohnmachten vorauszugehen, auch fehlen bei denselben die oben erwähnten theerartigen Stuhlentleerungen.

Die Behandlung muß sich durchaus nach den vorliegenden Ursachen richten. Sind dieselben in Blutstauungen innerhalb der Verdauungswerkzeuge zu suchen, so wende man kühle Klystiere und Massage des Leibes (der Leber, des Dickdarms) an. Außerdem schluckweises Trinken von kaltem Wasser und schleimige Speisen (Hafer-, Gersten-, Reisschleim). Ist die Magenblutung nur Begleiterscheinung eines anderen Leidens, so mache man beruhigende Umschläge um den Magen und wende im weiteren das bei dem vorliegenden Grundleiden angegebene Verfahren an.

Magendrücken. Wenn nicht besondere Krankheiten die Veranlassung zu demselben bilden und in diesem Falle die geeignete Behandlung eintreten muß, so genügen schon einige kühle Umschläge um den Magen oder das Schwitzen in feuchten Tüchern, um dasselbe in kurzer Zeit zu beheben. Vergl. Ausspülen des Mundes, gastrischer Zustand und Magenschmerz.

Magenentzündung. Ein ziemlich seltenes Leiden, welches jedoch sehr gefährlich werden und in 2—3 Tagen einen sogar tötlichen Verlauf nehmen kann. Die Krankheit besteht in einer hochgradigen Entzündung nicht allein der Magenschleimhaut, sondern auch der übrigen Häute des Magens. Deshalb finden im Verlaufe derselben auch starke anatomische Veränderungen statt, z. B. hochgradige Schwellung der Schleimhaut und blutige Verschwärung in und auf derselben. Die Magenentzündung kann entweder aus einem einfachen Magenkatarrh entstehen (z. B. durch falsche Behandlung desselben, Einwirkung scharfer Medikamente ꝛc.), oder auch infolge anderweitiger heftiger Beleidigungen des Magens durch Stoß und Druck auf die Magengegend. Zu den häufigsten Ursachen gehören jedoch die Einführung von Stoffen in den Magen, welche vermöge ihrer Schärfe reizend und entzündend auf denselben wirken, also giftige, bittere Arzeneien, Mißbrauch erhitzender Getränke und Speisen, zu schnelles Trinken nach vorausgegangener Erhitzung des Körpers, Verschlucken von Nadeln, Glas und derartigen scharfen Fremdkörpern. Auch kann die Magenentzündung die Folgewirkung eines stattgefundenen zu starken Erbrechens sein.

Die Erkennungsmerkmale der Krankheit bestehen in hochgradiger Empfindlichkeit der Magengegend bei der leisesten Berührung und heftiger, brennender Schmerz derselben, der durch den geringsten Genuß von Speise oder Trank, ja schon durch das Einatmen von Luft sich verstärkt und im ersteren Falle Würgen und Erbrechen hervorruft. Es ist ein hochgradiger Durst vorhanden, den der Kranke um so schwerer befriedigen kann, als auch Wasser wieder erbrochen wird. Die Zunge ist stark belegt, die Ge-

sichtszüge sind entstellt, kalter Schweiß bedeckt die Stirn, und unter heftigen Fiebererscheinungen, Ohnmachtsanfällen und Irrereden tritt eine rasche Erschöpfung und ein hochgradiger Kräfteverfall ein. Es bestehen brennende Schmerzen in der Speiseröhre, eiskalte Füße, Zittern der Glieder, Stuhlverhaltung. Der Verlauf der Krankheit ist ein heftiger, der Ausgang häufig ein tötlicher.

Behandlung. Die einzige Hoffnung beruht auf einer naturgemäßen Behandlung. Jeder medikamentöse Eingriff ist hier ganz besonders schädlich, ja verbrecherisch. Schon die instinktiven Bewegungen des Kranken, welcher mit Heftigkeit sich von der Bettdecke befreit und den kalten Luftstrom über die Magengegend streichen läßt, deutet auf ein in der Hauptsache kühles Verhalten hin, welches die Naturheilkunde ja überhaupt bei Entzündungen jeder Art, sobald dieselben noch nicht in eitrige Zerschmelzung übergehen, anwendet.

Vor allem ist durch passende, d. i. kühle und schleimige Klystiere, die Leibesöffnung herbeizuführen. Da der Kranke keinerlei Druck in der Magengegend vertragen kann, so ist eine Ableitung und Verteilung der Entzündung nur möglich durch oft zu wechselnde Umschläge um den Unterleib, Beinpackungen, versuchsweise auch kühle Sitzbäder von kurzer Dauer. An die Füße sind Wärmkruken zu legen. Außerdem ist der Versuch zu machen, den Magen entweder mit kühlem Wasser öfter zu besprengen oder vermittelst einer Pflanzenspritze (sog. Irrigator) staubartig zu douchen. Vermag der Kranke Wasser im Magen zu behalten, so gebe man ihm kühles (nicht zu kaltes) Wasser schluckweise zu trinken. Gegen den brennenden Durst empfiehlt es sich, entweder ein Stück einer geschälten Citrone in den Mund zu geben und durch das allmälige Zergehen desselben (während der Faserstoff zurückbehalten wird) wohlthätig und angenehm kühlend auf die Speiseröhre zu wirken oder, wenn auch das nicht vertragen wird, ein größeres Stück sauberen Schwamm in eine kühle, schleimige Flüssigkeit (Gersten- oder Haferschleim mit Fruchtsaft vermischt) zu tauchen, dem Kranken in den Mund zu geben, dies, so oft es das Bedürfnis verlangt, zu wiederholen, und ihm dadurch Erleichterung zu verschaffen.

Die Diät, soweit von einer solchen die Rede sein kann, muß kühl und durchweg schleimig oder mildfettiger Natur sein: Gersten- und Haferschleim, Sago, in Wasser mit Butter ohne Salz gekocht, Eidotter, Milchrahm.

Die Behandlung muß sich ferner nach den vorhandenen Ursachen richten. Kann man annehmen, daß Gift oder andere scharfe reizende oder ätzende Stoffe in den Magen gelangt sind, so gebe man dem Kranken so viel Wasser zu trinken, bis Erbrechen eintritt. Erleichtern kann man dies noch, wenn man ihm ein Sitzbad giebt und während desselben den Unterleib tüchtig knetet und frottirt, auch mit einer in Oel getauchten Feder den Gaumen kitzelt. —

Ist eine Magenentzündung durch das Verschlucken fremder, spitziger oder sonstwie scharfer Körper veranlaßt worden, so muß man den Versuch machen, dieselben durch Oele, Mehlbrei, Eidotter und schleimige Klystiere

auf natürliche Weise durch den Darmkanal fortzuführen. Ist dies nicht möglich, so muß chirurgische Hilfe in Anspruch genommen werden.

Ist eine Besserung im Zustande des Kranken eingetreten, so ist nicht blos bezüglich der Nahrungsweise, sondern auch im übrigen Verhalten größte Vorsicht geboten. Der Patient muß das Bett hüten und jegliche körperliche Anstrengung, also auch z. B. das Aufrechtsitzen, sorgsam meiden. Die Nahrung bestehe nur in Buttermilch, Molken und schleimigen Getränken. Weiterhin gehe man erst zu breiartigen Speisen über und vermeide feste Speisen so lange, bis eine völlige Wiederherstellung stattgefunden hat. Nichtbeachtung dieser Vorschriften kann die schlimmsten Rückfälle zur Folge haben.

Magengeschwüre. Dieselben treten entweder in Form von Abschürfungen (Erosionen) der Magenschleimhaut oder als rundes Magengeschwür auf. Im ersteren Falle erfolgen kleine Blutergießungen, so daß die erbrochenen Speisen von Blutstreifen oder Blutpunkten durchsetzt sind. Oefteres Erbrechen kommt fast stets bei diesem Leiden vor. Die Ursachen der Krankheit sind in bestehenden Lungen-, Leber- und Herzleiden zu suchen. Größere Blutungen deuten auf das Vorhandensein des sogenannten runden Magengeschwürs, einer sehr häufigen Erkrankungsform, hin. Dasselbe ist meist ein Folgezustand von anderen Leiden, die eine Blutstauung in den Magengefäßen verursachen, (z. B. Lungenleiden, Herzfehler, Menstruationsstörungen, Bleichsucht ꝛc.). Beim weiblichen Geschlecht treten dieselben doppelt so häufig auf als beim männlichen.

Anfangs besteht ein dumpfer, brennender Schmerz in der Magengrube, der kurze Zeit nach dem Essen auftritt und 1—2 Stunden währt. Bei Eintreten von Erbrechen läßt er nach. Daneben besteht Sodbrennen und (oft in heftigster Weise) Magenkrampf. Auch Erbrechen kommt fast stets vor. Haufig besteht zu gleicher Zeit Schmerz zwischen den Schulterblättern. Eine nie fehlende Begleiterscheinung sind die Magenblutungen. Das Blut wird nicht selten in großen Mengen durch Erbrechen und Durchfall entleert und ist von dunkel- (selten von hell-) roter, häufig sogar schwarzer Farbe und von theerartiger, kaffeesatzähnlicher Beschaffenheit. Bisweilen sind Vorboten vorhanden, meist treten jedoch die Blutungen plötzlich ein, begleitet von einem ohnmachtähnlichen Zustande. Die Verdauungsstörungen sind dieselben wie beim chronischen Magenkatarrh; in den meisten Fällen ist auch Stuhlverstopfung vorhanden.

Die Behandlung erfordert sorgfältigste Regelung der Diät. Die Kost muß eine durchaus reizlose, streng vegetarische sein. Man esse immer wenig aufs Mal, aber häufig, so oft als es der Appetit verlangt. Wenn Milch vertragen wird, so trinke man reichlich, im anderen Falle kann man Eiweiß mit Wasser, Haferschleim und überhaupt schleimige Speisen nehmen. Alle kernige Nahrung (Reis, Gerste ꝛc.) ist sorgfältig zu vermeiden, da sich derartige kleine Körperchen sehr oft unter die unterminirten Ränder des Magengeschwürs festsetzen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Magengicht. Hat eine Ueberreizung und dadurch erfolgte Schwächung des Magens stattgefunden, z. B. durch Brech- und Abführmittel, überhaupt durch Arzeneien aller Art, oder auch durch zu üppige Lebensweise, so genügt oft eine einzige schwer verdauliche Speise, eine Erkältung oder dergl., um eine Versetzung der Gicht von den Gelenken nach dem Magen herbeizuführen. Häufiger Genuß von frischem Wasser trägt jedoch dazu bei, das Uebel bald zu beheben, sowie überhaupt die Anwendung der natürlichen Heilmittel gegen die Gicht derartige Zufälle sehr selten macht. Im Uebrigen s. Darmgicht und Gicht.

Magenkatarrh. Ueber die akute Form des Magenkatarrhs haben wir schon in dem Art. Gastrisches Fieber das nötige gesagt. Der chronische Magenkatarrh besteht in einer andauernden Blutüberfüllung der Magenschleimhaut mit schwachem, entzündlichem Charakter und allen hierdurch gegebenen Folgezuständen. Das Leiden entsteht entweder selbstständig oder es tritt als eine Folgewirkung auf, z. B. bei nicht vollständig abgeheiltem akutem (hitzigem) Magenkatarrh; besonders wenn dieser sich mehrfach wiederholt hat. Die gewöhnliche Ursache ist eine andauernde fehlerhafte, weil naturwidrige Ernährung, eine ebensolche Lebensweise und auch sehr häufig vieles Mediziniren. Namentlich bei Trinkern ist der chronische Magenkatarrh stets in mehr oder minder hohem Grade vorhanden. Endlich ist derselbe auch eine Begleiterscheinung schwerer Magenleiden (Magenkrebs), desgleichen von Lungen- und Leberleiden.

Es besteht große Empfindlichkeit, Geschwollensein und Gefühl von Vollsein in der Magengrube (im Volksmunde Herzgrube genannt), ein Gefühl, das sich nach dem Essen und durch fest anliegende Kleidungsstücke noch vermehrt. Ein und dieselben Speisen wirken auf die Mägen verschiedener Patienten sehr verschieden. Die Schmerzen halten nach der Mahlzeit gewöhnlich 1—2 Stunden an und lassen erst nach, wenn Rülpsen und Aufstoßen erfolgt ist. Ueberhaupt sind Aufstoßen und Sodbrennen fast regelmäßige Begleiterscheinungen des chronischen Magenkatarrhs. Sehr oft ist vorherrschender Appetit nach saueren oder pikanten Speisen vorhanden, in den meisten Fällen fehlt jedoch der Appetit gänzlich. Bei Trinkern werden am Morgen dünne, wässerige Massen erbrochen (der sog. Säuferkolk); andere rülpsen eine säuerliche Flüssigkeit herauf. Es besteht oft hartnäckige Stuhlverstopfung und ein dumpfer Stirnkopfschmerz; ferner Müdigkeit, Schläfrigkeit, gereizte, hypochondrische Stimmung und Unlust zu geistigen Arbeiten.

Behandlung. Ohne eine geregelte Diät ist die erfolgreiche Behandlung von Magenleiden eine Unmöglichkeit. Jedoch giebt es hierbei keineswegs eine feste Norm und läßt es sich niemals im voraus bestimmen, ob dieses oder jenes diätetische Regime erfolgreich sein wird oder nicht. Was der eine verträgt, wir vom anderen nur zu oft absolut nicht vertragen. Das, was dem einen wohlthut, bringt dem anderen Schaden. Milch, Obst und Brot bilden die besten Grundlagen für alle beim chronischen

Magenkatarrh in Betracht kommenden Diätverordnungen. Wenn irgend es sich bewahrheitet, daß Probieren über Studieren geht, so ist es hier der Fall. Es gilt, herauszufinden, ob das Brot, ob die Milch oder ob das Obst den hervorherrschendsten Bestandteil der Nahrung zu bilden hat. Oft ist man darauf angewiesen, für einige Zeit nur ausschließlich von dem einen der genannten Nahrungsmittel Gebrauch zu machen. Am häufigsten scheint eine ausschließliche Milchdiät zu passen, doch auch in diesem Falle muß ausprobiert werden, ob dieselbe süß und frisch, abgekocht oder nicht, abgerahmt oder nicht, altmelken oder neumelken oder in der Form von saurer Milch oder Buttermilch am besten vertragen wird. Die Buttermilch muß als eins der vorzüglichsten Diätmittel bezeichnet werden, da dieselbe nicht blos speziell bei Magenleiden, sondern auch bei vielen anderen Krankheiten vorzügliche Dienste leistet, sodaß sie oft als einziges und ausschließliches Kurverfahren (Buttermilchkur) in erfolgreichster Weise angewendet wird. Andererseits sind beim chronischen Magenkatarrh Hafergrütze, Gries, Roggenmehl und Schrotmehl in Betracht zu ziehen, und ist weiterhin zu versuchen, welche Dienste das Universalmittel gegen Verdauungsstörungen aller Art, das Schrotbrot, in diesem Falle leistet. — Ferner ist die Temperatur der Speisen von höchster Bedeutung und gebührt der kühlen Nahrung und dem kühlen (aber nicht kalten) Getränk bei weitem der Vorzug vor warmen Speisen und Getränken. Ferner ist auf die Art und Weise, wie der Patient Speise und Trank zu sich nimmt, sorgfältig zu achten und darauf zu halten, daß die Speisen gut gekaut und nicht zu hastig verschluckt werden und daß der Patient alle anstrengende körperliche und geistige Beschäftigung gleich nach dem Essen vermeidet. Desgleichen soll er allen Anlässen ausweichen, die den Magen in seiner Verdauungsthätigkeit beeinträchtigen können, z. B. bückende Stellung, enge Kleidung 2c. 2c.

Streng zu meiden sind für jeden Magenleidenden alle fetten, blähenden, stark gesalzenen und gewürzten Speisen, alle Bratensaucen und geistigen Getränke aller Art. Abends vor dem Schlafengehen sind zur Beförderung der Verdauung entweder einige geschälte säuerliche Aepfel oder Datteln oder Feigen zu genießen, auch sollte nach jeder Mittagsmahlzeit etwas gekochtes, gedörrtes Obst genommen werden (mit Ausnahme von gedörrten Birnen, weil deren Schale vom Magen nicht verdaut wird und deshalb leicht Beschwerden verursacht).

Von den Anwendungsformen des Wassers sind zu empfehlen: Tägliches kühles Waschen der Magengegend, wöchentlich ein warmes Bad mit nachfolgender kühler Abreibung und tüchtiger Frottirung. Auch ist auf das Warmhalten der Füße besonders zu achten.

Da die verschiedenen Krankheiten des Magens gemeinschaftliche Krankheitserscheinungen im Gefolge haben und deshalb für den wenig Erfahrenen leicht Anlaß zu irrtümlichen Ansichten geben können, so geben wir in Nachstehendem die unterscheidenden Merkmale der hauptsächlich in Betracht kommenden Magenleiden.

Chronischer Magenkatarrh.	Magenkrampf.	Magengeschwür.	Magenkrebs.
Der Kranke ist nie ganz frei von unangenehmen oder schmerzhaften Empfindungen, die besonders während der Verdauungsperiode auftreten und die durch den Druck auf die Magengegend sich verschlimmern. In den meisten Fällen ist auch Mund- und Rachenkatarrh vorhanden. Bei längerem Bestande magert der Kranke ab.	Die Schmerzen treten anfallsweise auf, zwischen denen oft wochenlange, selbst schmerzfreie Pausen liegen. Druck auf den Magen und Zuführung von Nahrung bessern gewöhnlich die Schmerzen. Die Kranken magern nicht ab. Für das Auftreten des Schmerzes ist gewöhnlich keine Ursache nachweisbar. Die Kranken sind meist nervös. Mund und Rachenkrampf fehlen.	Die Unterscheidung desselben vom Magenkrampf ist nur dann möglich, wenn außer den Erscheinungen eines Magenkatarrhs zugleich auch Blutausbrechen vorhanden war. In letzterem Falle handelt es sich gewöhnlich um Geschwürsnarben, welche drückende, zusammenziehende und stechende Schmerzen verursachen.	Bei diesen Kranken erfolgt frühzeitige Abmagerung. Es besteht ein welkes Aussehen, fahle Farbe der Haut und Abschilferung derselben. Das Leiden dauert selten länger als 2 Jahre. Vorausgegangene Magenblutungen lassen die Natur des Leidens sofort erkennen.

Magenkopfschmerz s. Gastrischer Zustand und Kopfschmerzen.

Magenkrampf (Magenschmerz, Magenweh). Unter Magenkrampf versteht man diejenigen heftigen Anfälle von Magenschmerz, die mit schmerzfreien Zwischenräumen abwechseln und nicht auf einer organischen Veränderung des Magens, sondern auf einer Störung der Magennerven beruhen. Der Schmerz ist drückend, brennend, zusammenschnürend und sehr heftig. Er tritt mit oder ohne Vorboten in der Magengrube auf und verbreitet sich von dort aus über die benachbarten Teile. Die Dauer des Anfalles beträgt $^1/_2$—2 Stunden. Unter Aufstoßen und Harndrang verschwindet er dann wieder plötzlich oder allmälig. Als Vorboten oder Begleiterscheinungen zeigen sich: Sodbrennen, Zittern der Hände und Füße, Benommenheit des Kopfes, Zusammenlaufen von Wasser im Munde.

Das Leiden ist erblich, meist jedoch ist es eine Begleiterscheinung von Verdauungsstörungen aller Art und tritt auf nach dem Genusse von warmen und erschlaffenden Getränken, Kaffee, Thee ꝛc., auch ist es vergesellschaftet mit Bleichsucht, Blutarmut, Hypochondrie, Hysterie, Unterleibs- und Gebärmutterkrankheiten. Der Magenkrampf kann auch eine Versetzung von anderen, namentlich Ausschlagskrankheiten, Gicht, Rheumatismus ꝛc. sein; auch wird er durch Gemütsaufregungen, Erkältung der Füße und Ausschweifungen sowol in der Diät wie im geschlechtlichen Leben veranlaßt. Endlich kann das Vorhandensein von Würmern die Ursache desselben bilden.

Die Behandlung des Magenkrampfes erfordert hauptsächlich die Vermeidung der Ursachen, und richtet sich in ihren Erfolgen je nach der Schwere der bestehenden Grundursachen und je nachdem der Kranke bereits mehr oder weniger Medizin zu sich genommen und dadurch eine größere oder geringere Störung der gesamten Verdauungswerkzeuge herbeigeführt

hat. Die Behandlung wird daher bald die Wiederherstellung stockender Ab- und Aussonderungen (wie also z. B. Hämorrhoidalblutungen und monatliche Regel), bald die Beruhigung und Kräftigung des Nervenlebens (wie bei Rückenmarks- und Unterleibsleiden), bald die Stärkung der Verdauungswerkzeuge, bald die Heilung von anderweitigen, zu dem Magenkrampfe in Beziehung stehenden Krankheiten (Würmer 2c.) im Auge behalten und erstreben müssen.

Ist das Uebel sehr eingewurzelt, so ist eine volle Diät- und Wasserkur erforderlich. Die Strenge oder Milde derselben wird durch den Kräftezustand des Patienten bedingt. Da jedoch in der Mehrzahl der Fälle die Thätigkeit der Haut eine unzureichende, und die Beschaffenheit des Blutes eine mangelhafte ist, so erscheinen mehr warme als kühle, ableitende und zugleich Kräfte schonende Maßnahmen angezeigt.

Ist der Magenkrampf durch Versetzung einer andern Krankheit bedingt worden, so muß das Verfahren neben der Behandlung des Hauptleidens ein ableitendes sein und besonders in Sitz- und Fußbädern bestehen. Bei schwächlichen und nervösen Personen sind warme Temperaturen und längere Dauer des Bades, bei kräftigen Personen kühle Temperaturen bei kürzerer, oder ganz kurzer Dauer des Bades anzuwenden, z. B. genügt oft ein momentanes Sohlenbad in kaltem Wasser mit kräftigem Bürsten der Fußsohle.

Bei jedem Anfalle vom Magenkrampfe, gleichviel welcher Ursache, ist durch Genießen einer leicht verdaulichen Speise, z. B. eines Stück Apfel oder etwas Milch oder Rahm, oder eines Stück Zucker der Versuch zur sofortigen Milderung des Schmerzes zu machen. Sodann wende man örtliche feuchte Kompressen an und wärme mit wollenen Tüchern und heißen Tellern oder Kompressen. Oft weicht der Anfall schon allein dadurch, daß einige Schluck kühles Wasser genommen werden. Entstehen die Anfälle durch Erkältung, so suche man allmälige Abhärtung der Haut bei fortgesetzter Warmhaltung des Körpers herbeizuführen, und so dem Leiden den Boden zu entziehen. Nervösen Personen wird — vorausgesetzt, daß häufige kühle Waschungen behufs Abhärtung stattfinden — das Tragen eines Stückes Flanell oder eines Kaninchenfelles in der Magengrube zweckdienlich sein, weil dadurch (für den Winter) eine andauernde warme Temperatur für den Magen geschaffen wird.

Magenkrebs. Eine ziemlich häufige Erkrankung, deren Entstehungsursachen unbekannt sind, die jedoch in vielen Familien erblich zu sein scheint. Sie kommt am meisten zwischen dem 50. und 60. Lebensjahre vor, und zwar beim männlichen Geschlecht doppelt so häufig als beim weiblichen, während das Magengeschwür wieder dem weiblichen Geschlechte ganz eigentümlich ist.

Die Erkennungsmerkmale dieses Leidens bestehen in Appetitlosigkeit, Magendrücken, Empfindlichkeit in der Magengrube, Schmerzen, welche nagend, brennend oder stechend an einer bestimmten Stelle auftreten und sich nach dem Essen verschlimmern. Auch ist öfteres Erbrechen, Sodbrennen und Aufstoßen vorhanden, desgleichen Stuhlverstopfung. In fort-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

geschrittenem Stadium stellen sich Magenblutungen ein, bei welchen das Blut kaffeesatzförmig und aschgrau ist, weiterhin heftige Durchfälle. Die Hautfarbe ist erdfahl oder gelblich und der Kranke magert allgemein ab. Meist ist in der Magengrube eine deutlich hervorragende harte, knollige, wenig empfindliche, größere oder kleinere Geschwulst vorhanden, fühlbar oder deutlich sichtbar.

Die Behandlung dieses Leidens muß nach denselben Gesichtspunkten geleitet werden, wie wir sie unter chron. Magenkatarrh und Krebs angegeben haben.

Magenkrankheiten, Magenleiden, Magenübel, s. vorstehende und nachstehende Artikel, Gastrischer Zustand und Unterleibskrankheiten und Nervosität.

Magenruhr ist ein Durchfall, welcher kurze Zeit nach einer eingenommenen Mahlzeit eintritt, und, ohne Schmerzempfindung zu verursachen, das Genossene unverdaut wieder aus dem Körper herausbefördert. Er ist immer eine Begleiterscheinung oder Folgewirkung von anderen Erkrankungen, besonders eines geschwächten Magens. Die Behandlung des Leidens muß also darin bestehen, entweder anderweitige Leiden zu beheben, oder, falls eine Schwäche des Magens vorliegt, diesen zu stärken und zwar empfehlen sich hier: angemessene, einfache, vorwiegend kühle Diät, Bewegung in freier Luft, schluckweises langsames, aber öfteres Trinken ganz frischen Wassers, Umschläge und Waschungen der Magengegend, sowie Sitzbäder, s. Naturheilverfahren (stärkendes Verfahren).

Magensäure, s. Sodbrennen.

Magenschmerz wird am ehesten durch kühle Umschläge und Sitzbäder, erforderlichen Falles auch durch Sitzbäder erfolgreich behoben, s. auch unter Magenkrampf.

Magenschwäche, s. Gastrischer Zustand und Unterleibskrankheiten. Vgl. auch vorstehende Artikel.

Mandelbräune. Der entzündliche Prozeß sitzt hier in dem (Binde-) Gewebe der Mandeln, also nicht wie beim Katarrh an der Oberfläche. Es besteht starke Rötung und Schwellung der Mandeln bis zur Wallnußgröße. Die Oberfläche der entzündeten Mandeln ist höckerig und mit zähem Schleim bedeckt. Bei Entzündung beider Mandeln und des Zäpfchens ist selbst das Schlucken von Flüssigkeiten oft nicht möglich. Die Ursachen dieser Entzündung bilden Erkältungen und Durchnässungen.

Nach einem heftigen Frostanfall tritt unter vermehrtem Puls und Kopfschmerz Fieber ein. Aeußerlich, unterhalb des Unterkiefers ist eine deutlich fühlbare Anschwellung vorhanden. Es besteht Stechen und Druck im Halse, erschwertes, schmerzhaftes Schlingen sowie trotzdem fortwährender Reiz zum Schlingen. Die Zunge ist dick belegt, und Appetitmangel und Stuhlverstopfung ist vorhanden. In hochgradigen Fällen ist eine Untersuchung der Mundhöhle unmöglich. Nach 5—8 Tagen öffnet sich die geschwollene Mandel und entleert Eiter, oder die Geschwulst zerteilt sich und die Mandel bleibt vergrößert.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Die Behandlung muß nach denselben Grundsätzen erfolgen, wie wir sie in dem Artikel über Entzündungen entwickelt haben: also ableitend, zerteilend, entzündungswidrig, solange die Entzündung noch nicht in das Stadium der Eiterbildung eingetreten ist; und zuleitend, befördernd, sobald die Eiterbildung schon anzunehmen ist. — Im ersteren Falle werden Fuß- und Beinpackungen, Sitzbäder und ableitende Massage anzuwenden sein (s. Naturheilverfahren: entzündungswidriges Verfahren), im zweiten Falle Warmhalten des Halses, heiße Brei- (oder gekochte Feigen-) Umschläge auf die Mandeln und kühle Kompressen auf den Kopf, um die Kopf-Kongestionen zu mildern. In beiden Fällen muß der Stuhlgang durch milde Klystiere baldigst herbeigeführt werden. Die wenige Speise, die der Patient zu sich nehmen kann, bestehe nur in schleimigen Getränken und Fruchtsäften, in oben erwähntem ersteren Falle von kühler, im zweiten Falle von warmer Temperatur. — Entleeren sich die Mandeln des Eiters, so muß reichlich, und zwar warmes Wasser (dem man einen beliebigen Geschmack geben kann) getrunken werden, damit der Eiter nicht durch den Magen in das Blut aufgenommen wird, und hierdurch länger andauerndes Kranksein der verschiedensten Art vermieden wird. Auch soll man zu diesem Zwecke einer streng vegetarischen Kost sich befleißigen und die ausscheidenden Organe in geregelter Thätigkeit erhalten.

Zur Vermeidung häufiger wiederkehrender Mandelentzündung härte man den Hals ab durch fleißige kühle Waschungen und allmäliges Abgewöhnen von die Luftzufuhr abhaltenden Bedeckungen.

Manie, s. Wahnsinn.

Männliches Unvermögen, s. Impotenz.

Marasmus, s. Abzehrung und Darrsucht.

Masern. Dieses Leiden verschont kein Lebensalter. Wie der Scharlach, befällt auch dieses die Menschen mit seltenen Ausnahmen nur einmal. Die Heftigkeit der einzelnen Masernepidemieen ist sehr verschieden, ebenso ist ihr Charakter in manchen Epidemieen, besonders wenn sie vereinzelt auftreten, gutartig, wenn sie häufiger auftreten, jedoch äußerst bösartig. Wie beim Scharlach die Hautentzündung ein fast regelmäßiger Begleiter ist, so auch bei den Masern eine katarrhalische Affektion der Schleimhäute, der Atmungswerkzeuge und des Auges (Schnupfen — Röthe der Augen — Augenentzündung).

Die Vorboten der Masern bestehen gewöhnlich in Frösteln oder in einem Frostanfall und trocknem Husten, in dem Thränen der Augen und in Lichtscheu. Die Bluttemperatur steigt gleich von Anfang an bedeutend, abends auf 39—40°, wonach sich das Fieber wieder etwas ermäßigt. Bald darnach beginnt der Ausschlag. Der Kranke niest häufig und aus seiner Nase fließt eine wässerige, salzige Flüssigkeit wie bei Beginn eines Schnupfens. Dieser Katarh der Nasenschleimhaut pflanzt sich auf die benachbarten Schleimhäute der Stirnhöhle, der Rachenhöhle und des Kehlkopfes fort, und infolgedessen entsteht drückender Stirnkopfschmerz, Lichtscheu, vermehrte Absonderung von Thränen und ein rauher, trockner Husten.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Bei milden Epidemieen ist das Fieber sehr gering und der Kranke hat nicht einmal das Bedürfnis, sich zu Bett zu legen. Innerhalb von 24—26 Stunden, längstens in 3 Tagen, bricht unter Fieberbewegungen der Masernausschlag hervor. Der Puls ist bisweilen außerordentlich beschleunigt, nicht selten bis zu 140 Schlägen, der Kranke schlaflos, der Durst sehr heftig, die Haut trocken und brennend heiß; der Ausschlag erscheint zuerst im Gesicht, dann an den Schläfen und verbreitet sich von da aus auf den Hals, und sodann auf die Gliedmaßen. Er besteht aus linsengroßen oder noch etwas größeren, scharf begrenzten schmutzig röthlichen Stüppchen oder Flecken, bisweilen auch aus kleinen, rötlichen Punkten, deren Erhebung über die Haut man mehr fühlen als sehen kann. Die anfänglich allein oder gruppenweis stehenden rothen Flecken fließen allmälig zusammen und verbreiten sich über größere Partieen der Haut, indem sie von andern Flecken durch Haut von normaler Farbe abgegrenzt sind.

Das Blütestadium des Ausschlags, in welchem die Haut mehr oder weniger gleichmäßig gerötet ist, währt 1—2 Tage, bisweilen auch etwas länger, und die Bluttemperatur erreicht ihren höchsten Grad (40—40½). Zugleich ermäßigen sich auch mit der vollen Entwicklung des Ausschlags die katarrhalischen Erscheinungen, der Husten wird locker und fördert reichlichen Auswurf zu Tage und aus der Nase werden dicke Schleimmassen entfernt. Der Ausschlag beginnt abzublassen und zwar zuerst an den Stellen, wo er zuerst aufgetreten ist. Dagegen besteht die Anschwellung der Lymphdrüsen noch fort. Bei der nunmehr eintretenden Abschuppung der Haut sinkt die Temperatur des Blutes bedeutend und plötzlich, bisweilen selbst unter die Norm. Bei dem gewöhnlichen Lauf der Krankheit wird vor allen Dingen das Hinzutreten von stärkeren Erkrankungen der Atmungsorgane befürchtet (Lungenentzündung u. s. w.), ein Leiden, welches sich bisweilen schon beim Ausbruche der Krankheit hinzugesellt und alsdann die Atemzüge in hohem Maße (50—60 in der Min.) beschleunigt und außerdem durch Nasenflügelatmen, durch kurzes Hüsteln, durch außerordentlich beschleunigten, nicht selten unzählbaren Puls und durch hohe Fiebertemperatur charakterisirt ist. In diesem Falle tritt der Nachlaß der Fiebertemperatur nicht zu der Zeit ein wie unter gewöhnlichen Verhältnissen, also wo die Masern regelrecht verlaufen. Zugleich verschwindet der Ausschlag mit Eintritt der Lungenentzündung, da jetzt größere Mengen Blut in die Lunge sich anhäufen und dadurch der Haut entzogen werden. Daher erklärt sich, warum in solchen Fällen das „Zurücktreten" des Ausschlags eine besorgniserregende Bedeutung hat.

Das an den Körper des Patienten angelegte Ohr läßt auch leicht das fein- und grobblasige Atmungsgeräusch und Knisterrasseln vernehmen. Ohne entsprechende Wasserbehandlung ist dieser Zustand ein äußerst gefährlicher, da nicht selten eine Kohlensäurevergiftung des Blutes eintritt, weil der Gasaustausch des Blutes mit der Luft, also die Aufnahme der erforderlichen Menge von Sauerstoff unter den gegebenen Verhältnissen nur ganz ungenügend von statten geht. In solchem Falle treten Erstickungs-

anfälle ein, und es schwellen die Blutadern (Venen) auf dem Rücken der Hand an; die Herzgrube, die Kehle und die seitliche Oberbauchgegend wölben sich beim Einatmen nicht mehr hervor, das Gesicht wird bleich und kühl, und es erfolgt der Tod.

Aber auch in den Fällen, wo der Ausgang nicht tötlich ist, geht ohne ein ausgiebiges Verfahren durch die Wasserbehandlung die Lungenentzündung in eine chronische (Lungenschwindsucht s. S.) Form über, indem der von den Schleimhäuten der Luftröhre und ihren Verzweigungen sich lösende Schleim ohne Anregung der Atmungswerkzeuge durch Wasser sich eindickt, und — da er nicht ausgehustet wird — hierdurch ein sogenannter Verkäsungsprozeß (Vereiterung und Verschwürung der Lunge, Lungenschwindsucht) sich ausbildet oder andere Formen der Schwindsucht (Miliartuberkulose) entstehen. Dieser üble Ausgang der Lungenentzündung in die chronische Form tritt auch nicht selten erst im Stadium der Abschuppung ein.

Als anderweitige Komplikation der Masern sind zu nennen: die croupöse Entzündung des Kehlkopfes (s. häutige Bräune), hitziger Magenkatarrh, der bisweilen einen ruhrartigen Charakter annimmt; Entzündungen des inneren Theiles der Ohren (Paukenhöhle), welche nicht selten Schwerhörigkeit und selbst Taubheit zurücklassen; brandige Prozesse in der Lunge oder in anderweitigen Körperteilen (Schamlippen) und als Nachkrankheit: Keuchhusten.

In manchen Fällen zeigen die Masern einen hämorrhagischen Charakter, d. h. es erfolgen kleine, punktförmige Blutaustretungen in den den Masernausschlag bildenden Stüppchen und Flecken, eine Form, welche gewöhnlich einen schweren Verlauf hat.

Nicht minder bösartig verlaufen diejenigen Formen von Masern (ähnlich wie bei Scharlach), wo die Krankheit von typhösen Erscheinungen begleitet ist. Bei diesen Fällen ist der Ausschlag außerordentlich stark entwickelt und hält sich länger (4—5 Tage); außerdem läuft eine sehr hohe Bluttemperatur nebenher und beständiges Phantasiren, Schlaflosigkeit, Krämpfe, Schlummersucht sind die Hauptzeichen für den typhösen Charakter des Leidens und führen schnell zu einem hochgradigen Kräfteverfall. Diese Form von Masern tritt besonders bei bösartigen Epidemien auf und befällt vorzugsweise Kinder unter 5 Jahren.

Von Nachkrankheiten der Masern sind außer dem erwähnten Keuchhusten noch zu nennen: Lungenerschlaffung, Lungenschwindsucht, Herzkrankheiten, Geschwürsbildung in den Verdauungswegen nebst wassensüchtiger Anschwellung des Unterleibes, Hautkrankheiten, Augenentzündungen, Ohrenflüsse, Skrophulose, Blutarmut u. s. w.

Die Behandlung der Masern ist eine durchaus einfache und ganz dieselbe, wie sie beim Scharlachfieber angegeben ist. Man sorge unablässig für Zuführung frischer Luft, wobei jedoch alle diejenigen Vorsichtsmaßregeln zu beachten sind, welche den direkten Zutritt kalter Luft verhindern, damit der Hautausschlag naturgemäß sich entwickeln und abheilen kann und nicht durch plötzliches Zurücktreten edlere Organe in Gefahr bringt

und dadurch gefährliche Nachkrankheiten erzeugt. Die Diät soll einfach und reizlos sein, das Trinkwasser nicht zu kühl, doch gebe man dem Kranken soviel er verlangt. Ist die Brust angegriffen, so mache man Einwicklungen oder erregende Umschläge. Das Zimmer sei etwas verdunkelt, damit der Patient gegen die Einwirkung des direkten Lichtes geschützt ist. Man achte ruhig auf die Forderungen der Natur, kühle, wo Hitze droht, leite nach den Füßen ab, wenn Kopf und Brust überlastet erscheinen, zwinge den Kranken nicht zur Annahme von Speise, wenn kein Appetit zu derselben vorhanden ist. — Sind dagegen heftige Fiebererscheinungen vorherrschend, so wende man mehr oder weniger rasch wiederholte Einpackungen mit nachfolgendem Sitzbad in abgeschrecktem Waßer an. Man vermeide Federbetten und bedecke den Patienten nur ganz leicht. Entzünden sich die Augen, so wasche man dieselben öfter und gebe kühle Kompressen im Nacken; überhaupt, wenn durch vielleicht voraufgegangene Medezinbehandlung schwere Nebenerkrankungen stattfinden (was bei der vernunftgemäß angewendeten Wasserbehandlung nie vorkommt!), so muß man sorgsamst alle bei diesen vorgeschriebenen Maßnahmen beachten und dieselben jederzeit nach dem Kräftezustande des Patienten bemessen. Genaue Vorschriften lassen sich auch hier nicht erteilen. Denken, naturgemäß beobachten und wieder denken sind die Grunderfordernisse für die Ausübung der arzneilosen Heilkunde, und mit der Erfüllung derselben erhebt sich der naturärztliche Beruf (einerlei, ob er zugleich Existenzmittel ist oder nur gelegentlich im engeren Kreise ausgeübt wird) turmhoch über das schablonenhafte Rezeptverschreiben der einseitig urteilenden Vertreter des Arzneiheil-Wahns.

Seltsamerweise sind die Aerzte noch immer gegen die Behandlung der Masern mit kühlem Wasser eingenommen. Sie nennen dieselbe nachteilig und widerraten sie. Und doch sprechen zahllose Beispiele für die überaus glücklichen Erfolge der Wasserbehandlung, und zwar nicht blos betreffs der baldigen Genesung, sondern auch durch Vermeidung aller gefahrvollen Nachkrankheiten. Die Naturvölker behandeln seit alten Zeiten die Masern mit Wasser, so in Java u. s. w. Zu Ende des vorigen Jehrhunderts wendete Dr. Möller Wasser mit großem Nutzen an, später Carrie, Reuß u. A. Dr. Granichstädten ließ die Kranken schon in feuchte Leinentücher hüllen, wol bedecken und reichlich Wasser trinken, sobald sich nur die Vorboten der Krankheit zeigten. Unter starken Schweißen brachen dann die Masern hervor und in wenigen Tagen folgte vollständige Genesung. Bestand gleichzeitig eine Lungenentzündung, so verordnete er kühle, oft gewechselte Brustumschläge wobei sich die Kranken äußerst wol befanden.

Massage. Die Massage ist nicht etwa, wie ihr Name „Massage" erwarten läßt, erst neueren Datums, sondern sicherlich so alt, wie das Menschengeschlecht selbst, denn sie wurde von Haus aus durch das instinktive Verlangen und Bestreben hervorgerufen, irgend welche am menschlichen Körper auftretende Regelwidrigkeiten, Unzulänglichkeiten, Funktionsstörungen, Schmerzempfindungen ꝛc. ꝛc. aus kurzer Hand abzustellen, zu beseitigen.

Durch keine anderweitige Maßnahme ist es nun möglich, mechanische Fehler (wie z. B. Verkrümmungen, Knickungen, Senkungen, Vorfälle 2c. 2c.) von Organen und die dadurch bedingten Funktionsstörungen so erfolgreich zu behandeln als durch die Massage, d. h. durch Streichen, Drücken, Kneten desjenigen Körperteiles vermittelst der Hand, dessen Form oder Lage fehlerhaft ist. — Die Massage legt die heilende Hand direkt an den kranken oder leidenden Teil an, sie ist daher immer eine örtliche Behandlung und ihre Bethätigungsweise ist ebenso mannigfaltig, als es die Leiden sind, die sie behandelt.

Die mechanischen Behelfe der Massage bestehen in: Kneten (massieren), Streichen, Drücken, Klopfen, Reiben und anderweitigen mechanischen Maßnahmen, je nachdem es die Besonderheit des vorliegenden Falles erfordert.

Es ist von vornherein ersichtlich, daß bei mechanischen Leiden und Gebrechen aller Art, wie z. B. bei Lageveränderungen von Organen (also beispielsweise bei Vorfällen, Senkungen, Knickungen, Vor- und Rückwärtsbeugungen, Axendrehungen 2c. 2c.) auch mechanische Behelfe das wirksamste Mittel sein werden, um vollständige Heilung, zum mindesten doch Besserung herbeizuführen. So z. B. auch bei Vorfällen anderweitiger Organe oder Organteile (sog. Unterleibsbrüche, also Vorfall von ein oder mehreren Darmschlingen oder des Netzes 2c.) ist der nächste mechanische Behelf jener Manipulation mit den Fingern, die man das Zurückbringen des Bruches nennt und die keineswegs nach ganz bestimmten schablonenmäßigen Griffen ausgeführt wird, sondern die zugleich eine erregende Massage ist. Denn sie erhöht die wurmförmigen (peristaltischen) Bewegungen des Darmes derart, daß die vorgefallene Schlinge zum Teil sich selbst wieder (durch Zusammenziehung ihrer Muskeln) zurückbewegt. Mit der erfolgreichen Anwendung der durch die Massage gebotenen mechanischen Manipulationen (Kneten, Streichen, Drücken 2c.), werden auch die durch jene Lagerveränderungen von Organen hervorgerufenen Funktionsstörungen — die lediglich die Folgewirkungen jener waren — beseitigt.

Die Massage wird aber ferner noch angewendet bei Anschwellung von Gelenken, Muskeln (Rheumatismus, Gicht), bei Schwellungen der Leber durch Blutanschoppungen oder sonstwelchen Veranlassungen, bei Kropf und endlich bei den zahlreichen Geschwülsten aller Art, bei welchen die Allopathie nur die Anwendung des Messers kennt.

Endlich wird die Massage angewendet in überaus zahlreichen Fällen von Funktionsstörungen und bei verminderter Funktion der Organe und ganzen Organgruppen aller Art; z. B. auf das Muskel- und Nervensystem (Muskel- und Nervenmassage), bei träger Bethätigung des Blutkreislaufes) (Blutgefäßmassage), bei unzulänglicher Funktion des Verdauungsapparates Darmträgheit. Hartleibigkeit, Stuhlträgheit und Stuhlverstopfung), bei unzulänglicher Periode, bei Bleichsucht, bei ungenügenden Wehen, bei Mutterblutungen 2c. 2c.)

Wenn auch die erfolgversprechende Einwirkung der Massage bei den oben erwähnten, rein mechanischen Leiden und Gebrechen, also bei Lage-

und Formveränderungen von Organen aller Art gleich auf den ersten Blick in die Augen springt, so ist doch bei Geschwülsten und bei Funktionsstörungen, die nicht auf grobmechanischen Veränderungen von Organen (Knickungen, Senkungen, Verrenkungen ꝛc.) beruhen, nicht gleich ersichtlich, warum auch hier die Massage staunenswerthe Heilerfolge herbeizuführen im Stande ist.

Es verhält sich nun so, daß die Massage aus ihrer grobmechanischen Einwirkung auf leidende oder aber kranke Teile auch noch feinere subtielre Einwirkungen hat, nämlich auf die 3 lebenswichtigsten Systeme des menschlichen Körpers: 1. das Nervensystem, 2. Blutgefäßsystem und 3. auf das Lymphgefäßsystem. Diese 3 Systeme bilden überhaupt die Fundamente der gesamten Lebensthätigkeit des Organismus.

Die Nerven beleben und bethätigen alle Gebilde des Körpers und lenken, leiten und reguliren alle Lebensgeschehnisse. Daher wird ein auf nervenreiche Gebilde ausgeübter Reiz, wie ihn die Massage z. B. durch Streichen ausübt, eine Anregung und Belebung der diesem Organe angehörigen Nerven sein. Auf diese Weise wird er im Stande sein, das gesamte Organ zu beleben, und seine Funktionen zu erhöhen. Schließlich wird er durch reichlicheren Blutzufluß und durch die hierdurch vermehrte Zufuhr von Bau- und Betriebsmaterialien (Blut), einen vermehrten Stoffwechsel herbeiführen und dadurch das betreffende Organ kräftigen. Auf Organe, die in ihrer Entwicklung zurückgeblieben sind (z. B. die Gebärmutter, welche bei ungenügender, d. h. spärliche Menstruation, bei der Bleichsucht und allen ihren Folgewirkungen sich wenig oder ungenügend ausbildet) wirkt er derart ein, daß nunmehr das im Wachstum und der Ausbildung des Organs Versäumte nachgeholt wird und das betreffende Organ zur eigentlichen Form gelangt.

Durch die direkt auf die Nerven (Empfindung) eines Organs gerichtete Massage werden beispielsweise auch Funktionsstörungen an den Nerven selbst (Lähmungen des Gefühls oder der Bewegung) aufs erfolgreichste behandelt, wie beispielsweise der bereits 4 Jahre bestandene von mir an Lähmung beider Hände und Unterarme (durch Bleivergiftung) erfolgreich behandelte Herr Roßbach, hier. Derselbe konnte bereits nach 2 monatlicher Behandlung — nachdem er vorher 4 Jahre ohne allen Erfolg und, soviel mir erinnerlich, allein 28 Wochen mit Elektrizität ebenfalls ohne Erfolg behandelt worden war — wieder die Thüren öffnen und sogar notdürftig schreiben.

Will Jemand den Rückfluß des Blutes von der Peripherie z. B. von den Gliedmaßen nach dem Rumpfe bethätigen nnd beschleunigen, so darf man nur den Aermel aufstreifen, den Arm am Handgelenk mit der andern Hand umspannen und mit den beiden an der Vorderfläche des Armes fest auf der Haut aufliegenden Finger nach aufwärts (in der Richtung nach dem Herzen hin) streichen. Man wird dann deutlich sehen, wie die Blutadern (Venen) der Haut von ihrem Blute entleert werden, während in umgekehrter Richtung dieses Experiment nicht gelingen wird.

Diese auf die das Blut fortführenden Adern (Venen) ausgeübte Massage leistet beispielsweise bei entzündlichen Anschwellungen, Verrenkungen, Verstauchungen, Vertretensein des Fußes ꝛc. in entsprechend milder Weise und bei entsprechender (horizontaler) Lagerung der betreffenden Gliedmaßen die vortrefflichsten Dienste.

Handelt es sich um die oben erwähnten Geschwülste, bedingt durch Ablagerung von Ausschwitzungen (Exkudaten), z. B. von Drüsengeschwülsten, Beulen, Gichtknoten oder anderweitige Ablagerung von Krankheitsstoffen, so geht die Massage unter Beihilfe von feuchter Wärme darauf aus, diese festen oder doch soliden Ablagerungen durch Drücken, Streichen und Kneten nach und nach zu zerdrücken, sozusagen in Atome aufzulösen und dadurch wieder aufnehmbar in die Säftemasse und somit transportabel zu machen. Auf diese Weise werden langjährige feste, solide Ablagerungen nach und nach geheilt, wegmassirt, könnte man sagen. In diesem Falle ist es vorzugsweise das Lymphgefäßsystem, auf welches die Massage einwirkt, also auf den von der Peripherie nach dem Rumpfe hin laufenden Saftstrom (Lymphgefäßstrom).

Da uns hier nicht der Raum bleibt, um auf die vielfachen praktischen Anwendungsformen der Massage näher einzugehen, so verweisen wir auf das ganz vortreffliche Buch von Dr. Preller, Die Massage (Leipzig, J. J. Weber. Preis 2 Mk.). Es gehört die Schrift mit zu den besten, welche wir über die Massage besitzen.

Mastdarmfisteln s. Fisteln.

Mastdarmvorfall. Derselbe besteht in dem Sichumstülpen und Heraustreten des Mastdarmes, besonders infolge andauernder Stuhlverhaltung und erschwertem Stuhlgange bei Hämorrhoidalleiden. Behandlung s. Aftervorfall.

Mehlflechten s. Flechten.

Melancholie. In dem Artikel Geisteskrankheiten (s. d.) war schon im Allgemeinen angezeigt worden, daß, falls nicht Zerstörungen im Hirn wie im Rückenmark jede Heilung von vornherein unmöglich machen, der innere und äußere Gebrauch des Wassers von vorteilhaftestem Einflusse ist. Besonders ist dies bei Melancholikern der Fall, nur bedingt die übrige Verfassung des Organismus, der stärkere oder geringere Kräftevorrat, die mehr oder minder vorhandene Nervosität, die Anwendung verschiedener dem individuellen Falle angepaßter Temperaturen. Für die Behandlung der Melancholie wird neben der moralischen Beeinflussung in der Hauptsache das unter Hypochondrie (s. d.) Gesagte anzuwenden sein. — Ueber gichtische Melancholie s. Gicht.

Die fieberische Milzgeschwulst (Milztumor) ist eine regelmäßige Begleiterscheinung des Typhus und des Wechselfiebers. Die Milz kann um das 4—6fache ihres Umfanges vergrößert sein; auch bei Pocken, Masern, Scharlach und bei plötzlicher Unterdrückung der Menstruation tritt eine Anschwellung der Milz ein. — Die Begleiterscheinungen bestehen in

einem dumpfen Druck und Empfindlichkeit in der Milzgegend. Andauernde Milzgeschwulst bleibt sehr oft nach Wechselfiebern zurück.

Bei der chronischen Milzgeschwulst, welche schwere Wechselfieber und Weißblütigkeit (s. diese) begleitet, erlangt die Milz nicht selten ein Gewicht von 10—20 Pfund und füllt dann oft die ganze Unterleibshöhle aus. — Außer dem Gefühl von Vollsein und Druck in der Milzgegend sind kaum andere Beschwerden vorhanden, jedoch treten allmälig Störungen im Pfortaderblutlauf ein, die zu Nasenbluten und Bluterbrechen oder Mastdarmblutungen führen können. Abmagerung, fahles Aussehen und Bauchwassersucht sind die weiteren Folgeerscheinungen.

Die Speckmilz (Wachsmilz) besteht in einer ähnlichen Entartung wie sie bei der Wachsleber eintritt. Auch hier kommt es zu einer bedeutenden Vergrößerung des Organes und zu Magen- oder Nasenblutungen. Der Kranke hat ein blutarmes und auszehrendes Ansehen. Langwierige Knochengeschwüre (Knochenfraß), Englische Krankheit, Syphilis, Lungenschwindsucht und chronische Herzfehler bilden die Entstehungsursachen.

Die Behandlung der Milzkrankheit ist, sofern letztere akuter Natur sind, ganz dieselbe wie bei Leberentzündung angegeben ist. Hinsichtlich der chronischen Formen s. unter Bauchspeicheldrüsenentzündung und Leberkrankheiten.

Mißgebären s. Fehlgeburt.

Monatliche Reinigung, Monatsfluß, Menstruation.

Der Monatsblutfluß, dieser so merkwürdige Blutfluß, welcher nur dem weiblichen Geschlechte des Menschen eigentümlich ist, ist zugleich ein Zeichen der Zeugungsfähigkeit und mithin der Geschlechtsreife des weiblichen Körpers.

Die Menstruation erfolgt jedoch nicht immer monatlich, sondern hat bei manchen Frauen eine kürzere Periode. Auch die Menge des zur Ausscheidung gelangenden Blutes ist je nach der Konstitution, nach der Lebensweise und der Beschäftigung sehr verschieden, d. h. bei manchen Frauen ganz gering, bei anderen sehr reichlich. Die Dauer der Blutung schwankt zwischen 3—5—8 Tagen. In vielen Fällen verläuft dieselbe ohne alle Beschwerden; in anderen Fällen ist das Gefühl von Unbehaglichkeit, leichten ziehenden Empfindungen im Unterleibe, etwas Kopf- oder Kreuzschmerz und etwas nervöse Reizbarkeit vorhanden. — Heftige Schmerzen im Unterleibe (Gebärmutterkolik, Blutkrämpfe), Fieber, Uebelkeit und Erbrechen nebst Zuckungen in den Gliedmaßen müssen schon als krankhafte oder regelwidrige Begleiterscheinungen aufgefaßt werden. Häufigere und heftigere Störungen machen sich geltend besonders bei Eintritt der Geschlechtsreife, nach Fehlgeburten und in denjenigen Jahren (45. — 50.), in denen die Menstruation allmälig oder plötzlich fortbleibt. — Die Unregelmäßigkeiten der Menstruation bestehen nun entweder in einem übermäßigen, oder aber sehr schmerzhaften oder endlich in einem zu geringen oder gänzlich fehlenden Blutabgange. Der letztere Zustand kommt entweder bei Mädchen geschlechtsreifen Alters vor, also bei solchen, die überhaupt noch nicht menstruirt

waren, oder aber Solchen, die bereits menstruirt sind, jedoch weder schwanger sind noch säugen. Das Nichtvorhandensein der Menstruation bei geschlechtsreifen Mädchen findet seinen Grund gewöhnlich in dem Zurückbleiben des weiblichen Körpers in seiner Entwicklung, und es tritt hier die monatliche Blutung meist erst dann ein, wenn der Körper sich hinreichend entwickelt und gekräftigt hat. Bisweilen zeigt sich auch bei diesen Mädchen anstatt des Blutabganges ein weiß gefärbter Ausfluß. — Eine besonders häufige Ursache des gänzlichen Mangels der Menstruation ist auch in einer fehlerhaften Blutmischung (Bleichsucht) oder in erschöpfenden Allgemeinleiden oder auch in krankhaften Zuständen der Gebärmutter oder aber der Eierstöcke zu suchen. Auch kann es geschehen, daß anstatt der Menstruation stellvertretende Blutungen aus anderweitigen Schleimhäuten erfolgen, z. B. Magen- und Mastdarmblutungen, Nasenblutungen oder Blutungen aus der Lunge, während derartige Blutungen sonst nur bei schweren Magen- und Lungenleiden (Magengeschwür, Schwindsucht) beobachtet werden.

Eine plötzliche Unterdrückung der Menstruation wird nach heftigen Erkältungen, besonders der Füße (Durchnässungen und längeres Stehen auf kaltem Fußboden, z. B. in Kirchen, bei Begräbnissen) oder auch nach heftigen Seelenerregungen, Schreck, Angst u. s. w. beobachtet. In solchen Fällen treten heftige Blutkrämpfe (Gebärmutterkolik), Entzündungen der Gebärmutter und des Bauchfellüberzuges nebst Blutandrang nach anderen Organen und nervöse Erscheinungen auf.

Bei der erschwerten Menstruation gehen dem Eintritte derselben heftige Schmerzen voraus, die entweder verschwinden, sobald die Blutung eintritt, oder auch während der ganzen Dauer derselben vorhanden sind. Sie finden sich häufig bei denjenigen jungen Mädchen, bei welchen die monatliche Regel erst spät eingetreten ist. Es treten in diesem Falle schon 1— $1\frac{1}{2}$ Tage vor Eintritt der Menstruation ziehende Schmerzen im Unterleibe auf, die nicht selten begleitet sind von einer melancholischen Stimmung und dem Gefühle von Schwere in den Gliedern, von Kopfschmerz und Verdauungsstörungen, mitunter auch von Diarrhoe und Brennen in der Harnröhre. Unter den heftigsten, wehenartigen Schmerzen tritt eine geringe Absonderung von Blut auf, das gewöhnlich mehr oder weniger geronnen und bisweilen mit Schleimhautfetzen oder der gesamten sackartigen, die Gebärmutter auskleidenden Schleimhaut vermischt ist. Erst wenn der Blutabgang reichlicher geworden ist, erfolgt ein Nachlaß der Schmerzen. — Bei Lageveränderungen, z. B. Knickungen der Gebärmutter ist die Ursache der erschwerten Menstruation eine rein mechanische und meist dadurch charakterisirt, daß trotz heftiger, wehenartiger Schmerzen nur ein tropfenweiser Abgang von Blut erfolgt, während nach dem Austritt von geronnenem kleinerem oder größerem Blutgerinnsel einige Erleichterung eintritt. Sobald aber der Blutandrang stockt, erfolgt sofort wieder ein neuer heftiger Schmerzanfall.

Der Mutterblutfluß besteht in einer übermäßigen Menstruation, sodaß der Kräftezustand erheblich geschwächt wird und die Zeit von einer

Menstruation zur andern nicht genügt, um die verloren gegangenen Kräfte wieder zu gewinnen.

Mit dem Namen Mutterblutungen bezeichnet man hingegen Blutungen, welche vor der Zeit der Geschlechtsreife oder außer der Zeit der Menstruation oder in jenen Jahren eintreten, in welchen dieselbe bereits aufgehört hat. Die Ursachen beider Leiden sind entweder örtliche oder allgemeine. Zu ersteren gehören allzu häufiger, roher oder unnatürlicher Beischlaf oder Beischlaf während der Menstruation, auch unvollkommene Befriedigung des Geschlechtstriebes, ferner Krankheiten und Lageveränderungen der Gebärmutter; endlich die hitzigen Ausschlagskrankheiten, Typhus, aber auch Cholera und Skorbut. Schließlich kommen noch in Betracht geistige Ueberanstrengungen, Gemütsaufregungen, körperliche Ueberarbeitung (zu schweres Heben, Tragen, zu lang andauernde sitzende Beschäftigung), zu langes Stillen, Herz- und Lungenleiden. Vergl. auch Gebärmutterblutung.

Behandlung. Dieselbe muß durchaus individualisiert werden, also sich nach den zu Grunde liegenden Ursachen richten, d. h. dieselbe hat unter Umständen gänzlich zu unterbleiben. Denn es muß in erster Linie festgestellt werden, ob der ausbleibende Monatsblutfluß überhaupt etwas Krankhaftes und daher seine Wiederherbeiführung etwas Wünschenswertes ist. Denn häufig, z. B. nach schweren, Kräfte verbrauchenden Krankheiten, bei Schwindsüchtigen ꝛc. ist dieses Zurückhalten des Blutflusses eine besondere Selbsthilfe der Natur, nicht mehr Kräfte zu verausgaben, als der Körper von sich zu geben vermag und das vorhandene Blutkapital zur Stärkung und Kräftigung anderer Teile zu verwerten. Erst nachdem eine Hebung des Allgemeinzustandes stattgefunden, führt die Selbsthilfe und das unvergleichlich geniale Wissen der Natur dem weiblichen Zeugungsorgane wieder Hilfskräfte zu und macht sie wieder funktionsfähig. Auch sind alle anzuwendenden Maßnahmen schon allein aus dem Grunde in milder und vorsichtiger Weise zu geben, weil eine Schwangerschaft vorliegen könnte. Denn da eine beginnende Schwangerschaft durch eine Untersuchung schwer festzustellen ist, (da auch eine mit Blut überfüllte Gebärmutter umfangreicher ist und so leicht eine Schwangerschaft vortäuschen kann), andererseits aber die Patientinnen entweder sehr schwer zu einem Geständnis sich bereit finden, oder aber durch Fragen tief gekränkt werden können, und schließlich der verletzte oder nicht verletzte Hymen (Jungfernhäutchen) ebenfalls nach keiner Seite eine sichere Schlußfolgerung gestattet, so muß der behandelnde Arzt bei der beginnenden Behandlung des unterdrückten Monatsflusses stets die Möglichkeit einer Schwangerschaft im Auge behalten. Deshalb sind gerade hier die sogenannten treibenden Mittel von schädlicher, zum Teil verbrecherischer Bedeutung. — Man wende zunächst ein warmes Allgemeinbad oder Sitzbad an; warme Umschläge um den Unterleib; häufig wiederholte, warme, bis zu den Knieen hinaufreichende Fußbäder; Reiben und Bürsten der Fußsohlen, laue Klystiere; Kompressen auf das Kreuz. Die Diät muß kühl und nährend, nicht erregend sein.

— Bleibt die Wirkung noch aus und ist nunmehr festgestellt, daß keine Schwangerschaft vorliegt, so wende man erregende Umschläge um den Leib an, die Tag und Nacht zu tragen, früh und abends zu wechseln sind. Die Patientin soll reichlich Wasser trinken und sich Bewegung in freier Luft machen, nötigenfalls bis zur vollständigen Ermüdung, also mit Ueberanstrengung. Tritt sodann aber der Blutfluß ein, so soll sie sich schonen, jedoch tagsüber leichte Arbeit verrichten.

Während der Zeit der Periode ist größte Reinhaltung des Körpers mehr als zu allen anderen Zeiten geboten, da die Hautthätigkeit in dieser Zeit eine stark erhöhte ist, und doch dieser ganze Verjüngungsprozeß des weiblichen Organismus in den weitaus meisten Fällen nicht diejenige Beachtung und Unterstützung erhält, welche er mit so sichtbaren Zeichen verlangt. Es herrscht hier, selbst unter den Anhängerinnen der Naturheilmethode, noch ein beklagenswerter Aberglaube. Täglich sollte bei sorgsamster Verhütung vor Erkältung mindestens eine Abreibung des ganzen Körpers mit lauem Wasser stattfinden; täglich mindestens 3—5 mal sollten die weiblichen Teile — ohne daß die Betreffende dabei kauert! — mit abgeschrecktem Wasser gewaschen werden, auch wenn die Betreffenden fest anliegende Monatsbinden (von Holzwolle) tragen. Würde diese Maßregel allgemein durchgeführt, wir hätten durchweg ein viel gesünderes weibliches Geschlecht; denn durch die Abreibungen wird eine etwa sich vorbereitende zu starke Blutung verhindert, das Blut findet eine gleichmäßigere Verteilung im Körper; das Betriebskapital wird dem Organismus erhalten und alle die zahllosen Leiden des weiblichen Geschlechtes, welche durch zu starke Ausgaben ihres Lebensorganes herbeigeführt werden, würden ungelitten bleiben. Eine normale Monatsblutung soll nicht länger als 2—3 Tage dauern, und so leicht verlaufen, daß weder im physischen noch im psychischen Leben der Betreffenden eine bemerkenswerte Störung oder Verstimmung eintritt. Wie erschreckend wenig weibliche Wesen giebt es jedoch, welche sich in diesem naturgemäßen Zustande des Körpers befinden, und was haben die Ehemänner oder sonstigen Verwandten im Zwischenraum von je 3 Wochen zu erdulden und durchzumachen, wenn wieder einmal die gefürchtete Zeit vor der Thür ist, in der die Hüterin des Hauses die Leitung desselben fremden Händen überlassen muß oder aber als Schatten von sonst herumwankt, oder aber durch überreizte Stimmung, eventuell auch durch hypochondrische, lebensmüde Anwandlungen sich selbst und der ganzen Umgebung das Leben verbittert.

Die kühlen Abreibungen, von Jugend auf den Mädchen angewöhnt, verhüten ebenfalls durch die herbeigeführte Stärkung und Kräftigung der die Gebärmutter haltenden Mutterbänder sogenannte Knickungen dieses Organes, welche häufig die Schuld an der erschwerten und schmerzhaften Menstruation tragen. Derartige Knickungen können nur durch eine geeignete Massage (Uterusmassage) behoben werden, sowie auch eine Verschwellung des Muttermundes, welche den Austritt des Blutes zu einem äußerst schmerzhaften und auch eine Empfängnis unmöglich macht, mit dauerndem

Erfolge nur auf mechanische Weise erweitert werden (jedoch ohne Operation).

Ist eine derartige Behandlung nicht möglich, so versuche man durch erregende Umschläge um den Unterleib — und zwar bereits mehrere Tage vor Eintritt der Regel — sowie abends warme Fußbäder die eintretenden Schmerzen so viel wie möglich zu mildern. Bei besonders heftigen Anfällen während der Regel bedecke man den Leib mit gewärmten Tüchern und darüber gelegten heißen, öfter zu wechselnden Tellern oder Stürzen. Auch sorge man für regelmäßige Leibesöffnung und esse überhaupt keine schwer verdaulichen oder sonstwie viel festen Abgang bildende Speisen (wie z. B. Fleisch und Kartoffeln). Man kann auch etliche Tage vorher eine Ganzpackung vornehmen.

Finden während der Menstruation oder außer dieser außergewöhnlich heftige, gefahrdrohende Blutflüsse statt, so wirke man teils ableitend durch Klystiere, Fußbäder, teils örtlich durch kühle Kompressen und kühlende Umschläge (s. Gebärmutterblutungen).

Bei Kongestionen nach Kopf und Brust während der Periode mache man Umschläge um diese Teile und achte auf die Temperatur der Füße, deren hierbei meist vorhandene Kälte durch Fuß- oder Sohlenbäder behoben werden muß.

Schon weiter oben brachten wir einige, den normalen Verlauf der Periode betreffende Ratschläge und betonen wir hier nochmals, daß eine sorgfältige Beachtung alles dessen, was störend auf den Verlauf des Monatsflusses wirken kann, umsomehr vermieden werden muß, als der regelmäßige Eintritt und Fortgang desselben für die Gesundheit des Weibes in allen Perioden seines Lebens von bedeutungsvollstem Einflusse ist. Die Diät sei einfach und kühl; alle schwer verdaulichen oder sonstwie scharf und erregend wirkenden Speisen und Getränke sollen gemieden werden. Die Betreffende möge reichlich frisches Wasser und — bei mäßiger und nicht erhitzender Bewegung — frische Luft genießen. Sie vermeide jede Erkältung, besonders der Füße und übe auch geistige Diät, indem sie Ueberanstrengungen und heftige Gemütsbewegungen meidet; außerdem wende sie täglich die erwähnten Ganzabreibungen an. — Eine ähnliche Lebensweise ist auch den Frauen dringend zu empfehlen, die sich den Jahren nähern, in denen der Monatsfluß aufzuhören pflegt. Sie werden dadurch vor allen den zahlreichen Beschwerden und Krankheiten bewahrt bleiben, welche in dieser Lebensperiode nur leider zu häufig sind und oft zu Siechtum und zu frühem Tode führen.

Mundbäder s. unter Ausspülen des Mundes.

Mundfäule s. Skorbut.

Mundgeruch. Derselbe ist eine Begleiterscheinung anderweitiger Leiden, z. B. Mund- und Rachenkatarrh, Geschwüre in diesen Partieen, Skorbut, Magenkatarrh, abgefaulte Zähne, schwere Kehlkopfleiden ꝛc. oder er ist eine Folge vollständig vernachlässigter Mund- und Zahnpflege.

Behandlung s. unter Athem, übelriechender.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Mund- und Rachenhöhle, Katarrh derselben. — Bei allen Katarrhen ist das wesentlichste Moment eine Blutüberfüllung der bezüglichen Schleimhäute. Dieselbe ist begleitet von einer reichlichen Abstoßung der obersten Schleimhaut (Epithel). Bei fieberhaften Zuständen kommt es z. B. in der Mundhöhle zu einem dicken, braunen Belag, zu Bläschenbildungen an den Zungenrändern, der Zungenspitze und den Lippen oder auch zu kernigen Anschwellungen an der inneren Lippen- und Wangenhöhle (Schleimdrüsen), die, wenn sie platzen, kleine katarrhalische Geschwüre (Erosionen) erzeugen. Gewöhnlich sind nur einzelne Teile der Mundhöhle ergriffen, z. B. Zahnfleisch, innere Wangenfläche, Zunge oder auch die Gaumenbögen und das Zäpfchen. Die Zähne erzeugen in den meisten Fällen tiefe Eindrücke in die gelockerte und geschwollene Schleimhaut. Letztere ist hell gerötet, sammetartig aufgelockert, anfänglich weniger feucht, fast trocken, später sondert sie eine Menge zähen Schleim ab, ist bleich, glanzlos und grau oder weiß.

Die Ursachen dieses Leidens sind zu finden in zu heiß genommenen Speisen oder Getränken, in scharfkantigen, abgebrochenen Zähnen, ätzenden Substanzen, Quecksilberkuren, Syphilis, fieberhaften Krankheiten, namentlich Scharlach. Die hitzige (akute) Form der Entzündung der Mundhöhle dauert 5—7 Tage unter Hitze und Brennen im Munde, großer Empfindlichkeit (beim Kauen) der Mundschleimhaut, fader, pappiger Geschmack, bei hochgradigen Fällen übelriechender Athem und Speichelfluß. Ist die Rachenhöhle mitbeteiligt, so sind Schlingbeschwerden vorherrschend und Neigung zum leeren Schlingen und Schlucken. — Die chronische Form entwickelt sich aus der hitzigen. Die Zunge zeigt einen dicken zähen Beleg, besonders auf der hinteren Hälfte, der besonders am Morgen heftiges Räuspern, selbst Brechreiz und Erbrechen veranlaßt. Außerdem sind Trockenheit und Drücken im Halse, Abstumpfung des Geschmacks vorwaltende Erscheinungen. Der chronische Rachenkatarrh ist häufig bei Rauchern, Trinkern, Sängern ꝛc. In vielen Fällen ist er mit Kehlkopfkatarrh verbunden, wodurch die Stimme rauh und tonlos wird und beim Sprechen und Singen Hustenreiz entsteht. Die geschwollenen Schleimdrüsen ragen oft als dicht beieinander liegende kernige Erhabenheiten über der Oberfläche der Schleimhaut, namentlich an der hinteren Rachenwand hervor. Werden auch die Mandeln davon ergriffen, so entleeren dieselben oft dicke, käsige Pfröpfe, die von ängstlichen Laien als aus den Lungen stammend betrachtet werden. Verbreitet sich der Rachenkatarrh in den oberen Teil der Nasenhöhle, so entsteht leicht Schwerhörigkeit und andauernder Stockschnupfen; steigt er tiefer hinab: Kehlkopfkatarrh. Der chronische Zustand wird leicht sehr hartnäckig.

Die Behandlung besteht bei leichteren, hitzigen Fällen nur in Warmhalten und bei Sorge für reine Luft Hüten vor Erkältung. Daneben können ableitende Halsumschläge und zur Linderung des Fiebers in der Mundhöhle Mundbäder von abgeschrecktem Wasser genommen werden, indem man einen Schluck Wasser nimmt, ihn bis zu seiner Erwärmung

im Munde behält und sodann wieder ausspuckt, falls starke Schlingbeschwerden vorhanden sind. – Bei schwereren Fällen ist dasselbe Verfahren anzuwenden, wie es bei Katarrh und Mandelbräune angegeben ist.

Mundsperre s. Starrkrampf.

Muskelentzündung. Bei dieser gilt dasselbe, was über Knochenentzündung (s. d.) gesagt worden ist.

Mutterbeschwerden s. Hysterie.

Mutterblutfluß ꝛc. ꝛc. s. Gebärmutterblutfluß ꝛc. ꝛc.

Muttermal s. unter Sommersprossen.

Nachgeburt. Ueber die Beförderung derselben s. unter Schwangerschaft.

Nachlaß der Kräfte s. Abmattung.

Nachtripper. Ein Schleimfluß aus der Harnröhre, welcher als eine Folgewirkung eines schlecht geheilten oder aber eines oft gehabten Trippers eintritt und dadurch zum chronischen Tripper wird. Er verläuft schmerzlos, vermindert jedoch, da er oft nicht nur Monate sondern Jahre dauern kann, wie alle Schleimflüsse den allgemeinen Kräftezustand ganz bedeutend.

Die Behandlung ist im Allgemeinen dieselbe wie beim einfachen Tripper (s. d.). Alle Reizung der Geschlechtsteile, möge dieselbe in der Ausübung des Beischlafes oder in einer erregenden Diät oder aber in aufregender Lektüre bestehen, ist streng zu meiden. Diese physische und psychische Diät, verbunden mit reichlichem Wassertrinken und kühlen Umschlägen, genügte in vielen Fällen allein schon, um einen chronischen Tripper zu heilen. — Dr. Munde erzählt von einem jungen Manne, welcher, nachdem er 6 Monate an dem genannten Uebel gelitten, welches bei allen angewandten medizinischen Mitteln eher schlimmer als besser wurde, endlich der hydropathischen Behandlung sich unterzog. Er trank kaltes Wasser, legte kühle Umschläge auf die Geschlechtsteile und das Mittelfleisch, wechselte sie oft und vermied alle gewürzten und alle Fleischspeisen. In 14 Tagen war das Leiden vollständig und für immer geheilt.

Ist der Nachtripper jedoch schon hartnäckig, weil veraltet, so ist eine vollständige und durchgreifende Wasserkur angezeigt, welche allerdings auch die einzige Möglichkeit bietet, den Kranken sicher von seinem Leiden zu befreien. Zwei- auch dreimaliges starkes Schwitzen, zwei bis drei Sitzbäder in der Dauer von einer Stunde, kalte Bäder und Douchen; ferner täglich früh und abends Einspritzungen von kühlem Wasser in die Harnröhre, sowie oft gewechselte kühle Umschläge um das Glied und die Hoden; endlich der reichliche Genuß des frischen Wassers und der freien Luft sind die Haupterfordernisse der Wasserkur. Außerdem muß durch eine streng geordnete Diät, welche kühl, reizlos und doch mild ernährend ist, bei sorgfältiger Beachtung einer geregelten Verdauung für eine Erneuerung des gesamten Säftelebens beeifert Sorge getragen werden.

Nachtschweiße s. unter Hautkrankheiten und Schwindsuchten.

Nagelgeschwür (Wurm). Eine außerordentlich schmerzhafte, sich durch

Eiterung entleerende Entzündung am ersten Fingergelenk. Aehnlich wie die sogenannten Schwären entsteht dieses Geschwür durch vorhandene Unreinigkeiten im Blute, welche aus dem Körper zu entfernen der Natur auf keine andere Art und Weise möglich ist. Daher auch findet man es nur bei solchen Personen, welche eine naturwidrige Lebensweise führen und auf die Reinlichkeit und Pflege ihrer Haut, diesem besten ausscheidenden Organe, diesem Sicherheitswächter für den menschlichen Organismus, wenig Acht haben. Deshalb tritt das Nagelgeschwür auch oft während einer durchgreifenden Wasserkur auf, welche den Körper von Grund aus erneuert. Es verursacht die heftigsten Schmerzen, welche sich bis hinauf zum Achselgelenk erstrecken.

Die Behandlung muß nach den Grundsätzen geleitet werden, welche wir bei den Entzündungen im Allgemeinen (s. diese) angegeben haben. Oertlich wende man zur Beförderung der Eiterung erregende Umschläge und laue Seifenbäder (3—4 mal täglich) an; außerdem befördern einige Ganzpackungen (zur Ableitung einer zu hohen Fiebertemperatur) und reichliches Wassertrinken (wie bei allen Entzündungen zum Zwecke der vermehrten Thätigkeit der ausscheidenden Organe) neben einer einfachen und kühlen Diät die Heilung wesentlich. Auch ist der kranke Finger hoch zu halten und daher am besten mit einem um den Hals gelegten Tuche zu befestigen.

Narrheit. Ebenso wie bei der Raserei (s. diese) ist von allen Arten der Geisteskrankheiten die kühlende, herabstimmende Methode der Wasserbehandlung ganz besonders geeignet, gute Erfolge und sogar vollständige Herstellung zu erzielen. Sitzbäder, Schwitzen in Leinentüchern, Klystiere, reichliches Wassertrinken ꝛc. ꝛc. sind in durch die vorhandenen Kräfte des Körpers bedingten Zwischenräumen abwechselnd anzuwenden. Auch ist nach den vielleicht tiefer liegenden Ursachen (unterdrückte Blutflüsse, Hautkrankheiten ꝛc.) zu forschen und, falls diese die Ursachen bilden, dementsprechend zu verfahren. Vergl. übrigens Geisteskrankheiten.

Nasenbäder. Dieselben werden derart genommen, daß man aus einem Schwamme oder aus der hohlen Hand Wasser in die Nase zieht und dieses so lange darin behält, bis das Gefühl der Kälte desselben aufhört, worauf man es durch frisches ersetzt. Sie bezwecken eine Erfrischung und Stärkung der Muskeln und Schleimhäute und verhüten durch die von ihnen erzielte Abhärtung Nasenbluten, Schnupfen. Doch muß gewarnt werden vor zu heftiger Anwendung und vor allzu kühlen Temperaturen, welche, wie z. B. von Wasserfanatikern angewendete tägliche kalte Klystiere, endgültig eine Ueberreizung und Abstumpfung der betreffenden Nerven und dadurch vermehrte Schleimabsonderung, auch Stirnkopfschmerz hervorrufen. S. Ausspülen des Mundes und der Nase.

Nasenbluten. Dasselbe ist bekanntlich eine der am häufigsten vorkommenden Blutungen und kann entweder darin seinen Grund haben, daß die Nasenschleimhaut geschwürig oder sehr stark aufgelockert ist, oder aber eine hochgradige Spannung in den Blutgefäßen der Nasenschleimhaut vorhanden ist, z. B. bei erschwertem Rückfluß des Blutes vom Kopfe, bei

Herz- oder Lungenleiden, bei fieberhaften Krankheiten, bei geistigen Erregungszuständen, durch aufregende Getränke. Oft auch infolge krankhafter Beschaffenheit der Adernwände, z. B. bei den sogenannten Blutern, bei denen bekanntlich jede Blutung sehr reichlich auftritt und sehr schwer zu stillen ist; ferner bei Skorbut und Typhus, bei Beginn der Tuberkulose und in den Jahren der Geschlechtsreife.

Häufig gehen dem Nasenbluten Kopfschmerz, Benommenheit und Kitzel voraus; in anderen Fällen genügt ein leichter Stoß gegen die Nase oder eine bückende Stellung, um dasselbe hervorzurufen. Es fließt dann entweder tropfen- oder strahlweise aus den Nasenlöchern, es kann aber auch durch die hintere Oeffnung der Nasenhöhle in Mund und Rachen gelangen. In diesem Falle kommt es häufig vor, daß es im Schlafe verschluckt und früh erbrochen wird, was bei ängstlichen Laien zu der Vermutung führt, daß es Lungenblut sei. Auch sind bei Säuglingen und überhaupt bei Solchen, welche während des Nasenblutens die Rückenlage einnehmen, dadurch, daß das Blut nach hinten in den Kehlkopf gelangt, Erstickungsanfälle möglich.

Behandlung. Unter Umständen, d. h. wenn das Nasenbluten kritischer Natur ist, muß man es sich selbst überlassen oder durch Einziehen von warmem Wasser sogar noch befördern, damit das Bestreben der Natur, durch Blutentleerung zu heilen, unterstützt wird. In anderen Fällen wendet man kalte Kompressen auf die Stirn und im Genick an, taucht auch beide Hände auf einige Minuten in kühles Wasser, um auf diese Art eine Ableitung des Kongestivzustandes zu erzielen. Ueberhaupt verfährt man gegen häufig wiederkehrende Nasenblutungen so wie es bei Kopfkongestionen (s. d.) angezeigt erscheint. In vielen Fällen genügt es auch schon, den betreffenden Nasenflügel (die Blutung ist meist einseitig) einfach anzudrücken. — Bei starken und anhaltenden Nasenblutungen nicht kritischer Natur, welche eine Schwächung des Organismus herbeiführen können, muß häufig frisches Wasser in die Nase eingezogen (Nasenbäder) und auch getrunken werden und sind außerdem örtliche Umschläge und Waschungen anzuwenden. Sollte auch dann die Blutung noch nicht zum Stillstand gebracht sein, so nehme man neben jenen Umschlägen noch ein kühles Fußbad von 20 bis 30 Minuten und mache kühle Kompressen um den Hinterkopf, den Nacken und die Geschlechtsteile, welch letztere meist von sofortiger Wirkung sind. — Nach der Stillung des Nasenblutflusses bewege man sich ohne Anstrengung in der frischen Luft. War Fieber vorhanden, so sind bis zur eingetretenen völligen Abkühlung des Körpers und Eintritt einer regelrechten Blutverteilung Packungen, Abwaschungen und Halbbäder von abgeschrecktem Wasser zu nehmen.

Nasse Leintücher. Ihre Anwendung s. unter Schwitzen und Umschläge.

Nässende Flechten und nässender Grind s. Flechten und Grind.

Naturheilverfahren. Aus dem, was wir in der Einleitung dieses Werkes gesagt haben, geht zur Genüge hervor, worin das Wesen und die

Prinzipien des Naturheilverfahrens bestehen und wie weit der Abstand ist, der dasselbe von der Allopathie, also der Behandlung des Körpers mit Arzneien, trennt. Das Naturheilverfahren geht von dem Grundsatze aus, die Heilung einer jeden Krankheit einzig und allein durch die allseitige und regelrechte Bethätigung seiner Lebensfunktionen zu erlangen. Das kombinirte Naturheilverfahren (also Anwendung nicht blos von Wasser und Diät, sondern auch Massage, Elektrizität, Luft, Licht, Bewegung 2c.) ist jeder Kritik gewachsen, denn es entspricht allen Anforderungen einer vorzüglichen Heilmethode, und kann, ohne dem Organismus fremde Stoffe einzuverleiben, welche oft schwere und unheilbare Krankheiten in ihm zurücklassen, gegen alle Krankheiten mit gutem Erfolge angewendet werden, sofern der Körper noch Lebenskraft genug besitzt, den Kampf gegen die Krankheit aufzunehmen und durchzufechten. Aus dem Letzteren ergiebt sich, daß wohl alle Krankheiten, nicht aber alle Stadien dieser Krankheiten von der arzneilosen Heilkunde geheilt werden können. Einen Lungenflügel, welcher nicht mehr da ist, und ein Gewebe, welches bereits tiefgehende anatomische Veränderungen erlitten hat, kann auch das Naturheilverfahren nicht wieder schaffen oder verjüngt entstehen lassen. Ihre Leistungen stehen schon an sich unendlich höher als diejenigen der Medizin; denn sie heilt selbst Krankheiten, welche der Medizin zu heilen ganz unmöglich ist, und sie heilt sogar diejenigen Krankheiten, welche die Medizinbehandlung erst hervorgerufen hat und denen gegenüber sie dann völlig machtlos sich verhalten muß. Diese Krankheiten sind bekannt unter dem vielsagenden Namen „Arznei-Krankheiten", unter denen in neuerer Zeit die Quecksilberkrankheiten eine hervorragende Rolle spielen.

Um nun in das eigentliche Wesen der Heilung nach den Grundsätzen des Naturheilverfahrens (arzneilose Heilkunde) einen tieferen und zugleich umfassenden Einblick zu gewinnen, ist es nötig, zuvörderst den Begriff von **Gesundheit** und von **Krankheit** genau festzustellen, aus welchem sich unsere Auffassung der Heilung von selbst ergiebt. — Sodann werden wir den **Heilapparat** des Naturheilverfahrens in seiner theoretischen Bedeutung und in seinen praktischen Anwendungsformen schildern. Derselbe wird in folgender Weise geordnet sein:

A. Das Wasserheilverfahren.

1. Das Wasserheilverfahren im Allgemeinen.
2. Die einzelnen Anwendungsformen des Wassers.
3. Das entzündungswidrige Verfahren.
4. Das erregende oder stärkende Verfahren.
5. Das ableitende oder beruhigende Verfahren.
6. Das umstimmende Verfahren.

B. Der diätetische Heilapparat.

1. Nahrung und Nahrungsmittel.
2. Die entzündungswidrige Diät.

3. Die erregende Diät.
4. Die stärkende Diät.
5. Die umstimmende Diät.

C. Der mechanische Heilapparat.

D. Sonstige Heilmittel des Naturheilverfahrens.

Was ist Gesundheit? Es ist ein erhabener und zugleich beruhigender Gedanke, daß alle Lebewesen ihr Dasein gemäß den unveränderlichen Gesetzen der Natur vollenden. Die große Werkstätte der Natur ist allseitig durchdrungen und beherrscht von Ursachen und Wirkungen. Auch unsere **Gesundheit** beruht auf einer Anzahl von Grundbedingungen, welche kennen zu lernen und unsere gesammten Lebensweise mit denselben in Einklang zu bringen, Pflicht für jeden denkenden Menschen ist. Um nun den richtigen Zustand des Körpers, oder mit anderen Worten, um die Gesundheit des menschlichen Körpers zu erforschen, müssen wir die Ursachen kennen lernen, welche diesen Umstand entwickeln und erhalten. Denn damit der Mensch gesund sei, genügt es nicht, daß seine Knochen ganz und seine Muskeln kräftig sind, daß seine Verdauung und sein Schlaf gut ist, daß sein Herz, seine Lunge, Leber und Magen, überhaupt alle Werkzeuge und Strukturen seines Körpers frei von Krankheiten sind, sondern daß sämmtliche Lebensverrichtungen einhellig und zweckentsprechend vor sich gehen, denn: **Vollkommene Gesundheit ist vollkommene Harmonie!** —

Da die Kräfte, deren Bethätigungsweise jenes einheitliche Zusammenwirken ermöglicht, in jedem menschlichen Körper in verschiedenem Grade veranlagt sind, so ist es ein oft sehr schädliches Vorurtheil zu glauben, daß das, was für den einen Menschen gesundheitsdienlich ist, es auch für jeden Andern sein müsse. Die Grundbedingungen der Gesundheit sind jedoch für alle Menschen dieselben und Aufgabe der Gesundheitslehre ist es, diese letzteren zu erforschen, denn da die Gesundheit die vollkommene Harmonie aller Lebensäußerungen ist, so ist sie auch das Glück des Leibes und der Seele.

In der ursprünglichen Veranlagung unseres Körpers, in der Tüchtigkeit und Leistungsfähigkeit der verschiedenen Organe, in dem kraftvollen Bestreben, den Maschinismus unseres Körpers im Gange zu erhalten, in der Vortrefflichkeit sämmtlicher Räder und Getriebe des den menschlichen Mechanismus überwachenden und regelnden Nervensystems, oder mit kurzen Worten: in der relativen Vollkommenheit unserer ganzen Konstitution sind die Grundbedingungen für eine starke und vollkommene Gesundheit gegeben. Weil jedoch, wie gesagt, die einzelnen treibenden Kräfte, welche jene vollkommene Harmonie bewirken, jedem einzelnen Organismus in verschiedenem Maße zugemessen sind, so hat jeder Einzelne seine eigene und eigenartige Gesundheit, die auf der besonderen Bauart seines Körpers (anatomische Organisation) und auf den seinem Körper eigenen gewissen Zusammensetzung und Mischung der kleinsten Teile (chemische Konstitution)

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

beruht, also ausschließlich auf seinen Leib zugeschnitten ist. Und diese Eigenart (Individualität) eines Menschen macht sich nicht blos in gesunden Tagen sondern besonders bei Krankheiten aller Art geltend, und erklären sich hieraus die überaus zahlreichen Mißerfolge in der ärztlichen Praxis, sobald blos Krankheiten, nicht aber die Kranken selbst behandelt werden. Denn es ist eine ganz andere Sache, eine Lungenentzündung oder aber einen Lungenentzündungs-Kranken zu behandeln, da seine Lunge, seine Konstitution, sein Temperament, und außerdem Alter, Beschäftigungsweise, Lebenslage und noch zahlreiche andere Verhältnisse des Kranken diese Erkrankungsform ganz eigenartig gestalten.

Eine ganz wunderbare Veranstaltung unseres Körpers, das harmonische Gleichgewicht desselben zu erhalten, bildet das Nervensystem, welches alle, auch die geheimsten Vorgänge in unserem Körper überwacht, die verborgensten Schädlichkeiten entdeckt und mit bewunderungswürdigem Verständnis die nützlichsten und ersprießlichsten Nahrungsstoffe auswählt. Es ist beinahe unmöglich, die verschiedenen Offenbarungsformen und Betätigungsweisen des Nervensystems zu verstehen oder in ihrem vollen Umfange zu begreifen, so lange man nicht in die Betätigungsweisen der Elektrizität und des Magnetismus eingeweiht ist. Die Gesetze, welche die größten Anhäufungen der Materie — die Feuerbälle des Firmaments — wie auch jedes einzelne Stäubchen oder Atome des Universums aufbauen, durchdringen, durchfluten, beseelen und durchgeistigen, dieselben Gesetze beherrschen auch den menschlichen Organismus — dieses Universum im Kleinen — und bewirken, daß alle, auch die kleinsten und mannigfaltigsten Bestandteile unseres Körpers ihres Daseins Kreise harmonisch beschreiben und vollenden. Diese unserem Körper ursprüngliche, eingeborene, **instinktive** Weisheit ist es, welche die **unveränderliche Grundlage** der **naturgemäßen Lebens- und Heilweise** bildet. Der Instinkt ist also der Inbegriff der ursprünglichen Intelligenz aller kleinsten Bestandteile und Grundstoffe unseres Körpers, vermöge dessen jene Grundstoffe mit unfehlbarem chemischen Verständnis immer das Richtige und Naturgemäße, mithin das Vernunft- und Gesundheitsgemäße anziehen. Der Instinkt ist mithin das Gewissen unserer Sehnen und Muskeln, unserer Knochen und Nerven, kurz aller der gröbsten und feinsten unseren Körper zusammensetzenden Bestandteile.

Dieses instinktive Sichangezogenfühlen unseres Organismus zu den verschiedenartigsten Dingen, z. B. zu gewissen Nahrungsmitteln, dieses instinktive Verlangen nach Luft, Wasser, Nahrung, nach Bewegung, Ruhe, Schlaf ꝛc. äußert sich immer dem Richtigen und Zweckdienlichen gegenüber, weil es immer das **chemisch Notwendige** und das **physiologisch Erforderliche** ist. Diese chemische Weisheit der kleinsten Grundbestandteile unseres Leibes, welche das für unsern Organismus Benötigte immer in richtiger Menge (Quantität) und Beschaffenheit (Qualität) auswählt und anzieht (Sympathien) irrt nie — sie ist unfehlbar, wie die chemischen Wahlverwandschaften unverbrüchlich sind, und jede Lebensbetätigung

des Organismus, auch die scheinbar abnormste — wie z. B. das Fieber — ist die denkbar zweckmäßigste, weil dem jeweiligen Zustande der Körperorgane und Körpergewebe entsprechende.

Der Organismus hat also, wie Rausse — der geniale Reformator der Wasserheilkunde — sehr richtig sagt, nicht blos das Bestreben, sondern auch die Fähigkeit, jede seiner Lebensthätigkeiten so zu gestalten, daß die dem Körper innewohnenden Krankheitsstoffe und Strukturfehler den möglichst geringen Schaden zufügen. Die Naturheilkunde greift daher niemals direkt in derartige Heilbestrebungen des Organismus ein, sondern sie sucht den weisen Zweck derselben zu unterstützen, immer aber nur durch naturgemäße Mittel. Sobald der vom kranken Körper angestrebte Zweck erreicht ist, verschwinden alle jene Krankheitserscheinungen (Fieber, Schmerz ꝛc.) von selbst. Die Naturheilkunde glaubt also, daß es dem menschlichen Organismus fremdartige und ihm deshalb feindselige und ihn krankmachende Stoffe und Zustände sind, welche die zwingende Veranlassung zur Krankheit geben, und sie glaubt nicht, daß der menschliche Körper solch' ein dummer Esel sei, sich selbst zu peinigen und daß Schmerzen und anderweitige Krankheitserscheinungen durch Pillen und Tränklein beseitigt werden und der Körper durch giftige Arzneimittel gezwungen werden müsse, verständig und gesund zu werden! —

Was ist Krankheit? Wie die volksverständliche Gesundheitslehre die betreffs des Wesens der Gesundheit herrschenden Ansichten nicht teilt, so bekämpft sie auch die landesläufigen Anschauungen, welche man im Allgemeinen über das Wesen der Krankheit hegt. Fragt man: „Wo ist denn die erforderliche Belehrung über das Wesen der Krankheit zu finden?" so antwortet man uns: „Wo anders als in den Lehrbüchern der Pathologie, also in den Lehrbüchern, welche die Lehre von den Krankheiten behandeln." Wir müssen dies jedoch verneinen, gewärtigend, auf heftigen orthodoxen Widerspruch zu stoßen. Man nehme doch ein Lehrbuch der Krankheitslehre (Pathologie) zur Hand, und was wird man finden? Eine endlose Aneinanderreihung von Krankheitserscheinungen (Symptomen) und Krankheitsnamen, dagegen erstaunlich wenig über das Wesen der Krankheiten, denn die allopathische Krankheitslehre hat es trotz aller redlichen und ernsthaften Anstrengungen nicht vermocht, sich zu einer eigentlichen Wissenschaft, die das Wesen der Krankheiten erforscht, emporzuschwingen, und so ist es gekommen, daß die allopathische Heilkunde von ihren ersten geschichtlich bekannten Anfängen an bis auf unsere Zeit nicht blos unsicher in ihren Lehren, sondern auch höchst unsicher in der praktischen Anwendung derselben geblieben ist.

Vom Standpunkte der Naturheilkunde aus kann man sich hierüber nicht wundern, denn für uns Anhänger derselben besteht die Gesundheit in der Harmonie aller Lebensthätigkeiten und in der Einhelligkeit der gegenwirkenden (reagirenden) Betätigung des lebenden Organismus gegenüber jeder Art von Einflüssen der Außenwelt, und demzufolge ist Krankheit nichts Anderes als ein Gestörtsein dieser Harmonie und Ein-

helligkeit in den Lebenstätigkeiten eines Lebewesens. Krankheit ist also nichts Wesenhaftes, sondern sie bedeutet das Nichtvorhandensein vollkommener Harmonie und Einhelligkeit in den Lebensbetätigungen des Organismus. Alles andere Wesenhafte und sinnlich Wahrnehmbare besteht in Krankheitserscheinungen und Krankheitsprodukten.

Nun wird aber jede Betätigung und jedes Geschehnis im lebenden Körper durch jene geheimnisvolle Substanz ermöglicht, welche in Gestalt von Nerven den lebenden Organismus vom Scheitel bis zur Sohle, von den innersten, geheimsten und verborgensten Mittelpunkten (Centren), also von den Heerden bis zu den äußersten Grenzmarken durchdringt und durchgeistigt, lenkt und verwaltet, leitet und regiert. Dieses den Körper belebende und durchgeistigende System elektrischer Kabel, diese in allen Strukturen und Geweben desselben in Gestalt feinster und zartester Nervengeflechte und Nervenverzweigungen vorhandene Nervensubstanz bildet sozusagen zahlreiche Verzweigungen des Gehirns und erstreckt sich als belebendes Prinzip bis in die entferntesten Bezirke und Liegenschaften des menschlichen Körpers. Störungen in der harmonischen und einhelligen Betätigungsweise dieses wunderbaren Systems müssen jederzeit auch Störungen des Allgemeinbefindens hervorrufen, und zeigen sich entweder als Unpäßlichkeit oder treten als schwere Erkrankungsform auf.

Nun zählen zwar die Aerzte und die systematischen Schriftsteller die Krankheiten zu Hunderten auf, indem man an ebenso viele ihrer Natur und ihrem Wesen nach verschiedenen Krankheiten glaubt, deren besondere Zeichen (Symptome) und Beschwerden sorgfältig trennt und registrirt und in besonderer Weise und mit besonderen spezifischen Mitteln, also mit Mitteln behandelt, welche mit Sicherheit bestimmte Krankheiten heilen sollen, ohne daß man über die Art ihrer Wirkung etwas anzugeben vermag. Nichts destoweniger liegen zahlreiche Beweise vor, daß sich ein und dieselbe Störung bei verschiedenen Konstitutionen in fast unzähligen Weisen offenbaren kann. So kann beispielsweise ein und derselbe Anlaß je nach der Konstitution des Betroffenen, also je nachdem die eine oder die andere Struktur, oder dieses oder jenes Organ seines Körpers schwächer, d. h. weniger widerstandsfähig veranlagt ist, bei dem Einen einen Katarrh, bei dem Andern eine Magen- oder Darmerkrankung, bei einem Dritten einen Rheumatismus erzeugen. Wie die segensreichen Wirkungen aller Dinge und Kräfte in der Natur, z. B. Feuer, Wasser und unzählige andere Elementarkräfte sich in große Schädlichkeiten verwandeln, sobald sich das harmonische Verhältnis derselben zu der mit ihnen Bezug habenden Umgebung ändern, so verkehren sich auch die physikalischen und chemischen Vorgänge und die zahlreichen physiologischen Geschehnisse und Prozesse unseres Körpers, deren Inbegriff wir Leben oder Lebenstätigkeit nennen, in unheilvolle krankhafte Zustände, sobald in den wirtschaftlichen und werktätigen Geschehnissen des menschlichen Organismus die Harmonie gestört worden ist und dadurch dieses oder jenes System, dieses oder jenes Organ oder der gesammte Körper in Krankheit geworfen wird. Wie bei-

spielsweise in gesunden Tagen die Einzelheiten, z. B. die absondernden und ausgeschiedenen Stoffe des menschlichen Körpers niemals an sich, sondern immer in Anbetracht des harmonischen Ganzen, welches unsere Organisation darstellt, betrachtet werden müssen, so muß dies auch bei der Erforschung der einzelnen krankhaften Bezirke und den verschiedenen Erzeugnissen des nicht mehr regelrecht, sondern krankhaft funktionirenden Organismus geschehen.

Zwar glaubt selbst noch eine Anzahl von Aerzten, daß man mit den „verstimmten Unterleibsnerven" durch irgend eine medikamentöse Verordnung, z. B. durch Valeriana (Baldrian) ein versöhnliches Abkommen zu treffen im Stande sei, daß man durch Bromkalium gewisse Ungehörigkeiten der Neurochlia (ein äußerst feines Gewebe, in welches die Nervenelemente eingelagert sind) des Rückenmarks zu beseitigen vermöge, oder aber im Stande sei, überhaupt den gesammten Haushalt des menschlichen Körpers durch dieses oder jenes Arzneimittel reglementiren zu können. Es ist nichtsdestoweniger eine der unheilvollsten Selbsttäuschungen der arzneimittelsüchtigen Praktikanten, wenn sie glauben, daß sie durch ein Metalloxyd oder durch irgend eine andere arzneiliche Verordnung den übelgelaunten Magen zur Raison zu bringen vermögen, oder daß sie im Stande seien, den Atomen des menschlichen Körpers hinsichtlich ihrer kleinsten unsichtbaren Molikular-Bewegungen ein bestimmtes Exercierreglement vorschreiben oder sie anderweitig drillen zu wollen. Zwar glaubt die bei weitem größere Anzahl von Aerzten selbst nicht an derartige Kunststückchen, aber man läßt doch das Publikum in diesem beklagenswerten medizinischen Irrwahn, und manche Aerzte bestärken sogar diesen Aberglauben im Publikum und verschaffen dadurch der allopathischen und homöopathen Heilweise ein unverdientes Ansehen. Hierdurch wird das Publikum doppelt geschädigt, denn es wird dadurch unzugänglich für eine vorurteilslose Beurteilung der Heilkunde und trägt in vielen Fällen auch gesundheitlich Nachteil davon, indem es zugleich auch glaubt, daß die zahlreichen Formen von örtlichen Erkrankungen nur durch gewisse Arzneien geheilt werden können, von denen man behauptet, daß sie die erkrankten Strukturen örtlich zu beeinflußen im Stande sind. Auf solche Weise verschließt sich aber das Publikum der Ueberzeugung, daß jenes Heilverfahren, welches die örtlichen Folgezustände einer Erkrankung durch Medikamente heilen und bessern zu können glaubt oder auch vorgiebt, in eine Heilweise umgewandelt werden muß, welche den gesammten erkrankten Organismus mit einem Heilmittel beeinflußt; in eine Heilweise, welche die Krankheit für einen Zustand hält, der verändert werden muß, um auf diese Weise zugleich alle regelwidrigen Folgeerscheinungen (Krankheitssymptome) und Folgewirkungen (die pathologisch-anatomischen, also sich in den krankhaft veränderten Strukturen und Organen kundgebenden Veränderungen) wie z. B. entzündliche Ausschwitzungen und Ablagerungen hinwegzunehmen.

Die Krankheit ist also weder ein dämonisches Wesen, welches unerwartet und plötzlich von unserem Körper Besitz ergreift, also ein Feind,

den man bekämpft und niederficht, noch ist Krankheit eine fremdartige und schädliche Substanz, welche man aus dem Körper hinausfegen und hinauspurgiren kann, sondern sie ist ein **Zustand**; und Aufgabe eines Heilverfahrens ist es, diesen Zustand zu ändern, nicht aber die mannigfaltigen, durch jenen regelwidrigen Zustand bedingten und örtlich auftretenden Symptome und Folgewirkungen für die eigentliche Krankheit zu halten, und, indem man diese zu beseitigen strebt, die Wirkung mit der Ursache zu verwechseln.

Aus diesem Allen vermag der denkende und vorurteilslose Leser auch den Wert jener bekenntnistreuen und orthodoxen Beurteilungen über die Natur der Krankheit und über die Kunst, Krankheiten zu heilen oder wenigstens zu behandeln, zu ermessen, wie sie von den anmaßenden und strenggläubigen Mitgliedern des medizinischen Gewerbes ausgehen und deren hochgeehrte Erzeuger als höchst fadenscheinige Autoritäten charakterisiren. Denn selbst Derjenige, welcher die Folgewirkung irgend eines krankhaften Zustandes, z. B. einer Tuberkelablagerung oder sonst welche Produkte und Wirkungen einer Krankheit zu beseitigen vermöchte, würde dadurch doch nimmermehr die ursächlichen Bedingungen dieser krankhaften Produkte — also die gestörte Harmonie in den ökonomischen Prozessen und in letzter Instanz die gestörte Harmonie der in dem Nervensystem verkörperten Betriebsleitnng dadurch entfernt haben; und es würde somit höchstens Linderung und zeitweilige Besserung, aber keine eigentliche Heilung des betreffenden krankhaften Zustandes gegeben sein.

A. Das Wasserheilverfahren.

1) Das Wasserheilverfahren im Allgemeinen.

Die Naturheilkunde faßt die Krankheitsursachen als materiell, als körperlich auf. Auf diese Anschauung stützte auch Prießnitz sein ganzes Heilverfahren. Was ihn sein feiner intellektueller Instinkt vermuten ließ und ihm weiterhin seine ärztlichen Erfahrungen an mehr als 1600 Kranken mehr als vollauf bestätigten, ist erst weiterhin als eine unumstößliche, naturwissenschaftliche Wahrheit erkannt worden. Der bis dahin körperlose Krankheitsgenius hatte feste Gestalt angenommen, und: „Keine Kraft ohne Stoff" ist der Fundamentalsatz, der auch für die Naturheilkunde vollste Geltung hat. Alles, was Leben hat, kann sich erst durch die gegenseitige Einwirkung stofflicher Substanzen offenbaren. Da nun aber alles Leben überhaupt erst durch Wirkungen des Stoffes und durch Einwirkungen auf den Stoff zu unserem Bewußtsein gelangt und in die Erscheinung tritt, so ist es auch nur von dieser Seite her zu beeinflußen. Mit anderen Worten: Wir können auf die Lebenskraft nur durch materielle Einflüsse wirken. Da nun aber die sog. Lebenskraft das Resultat der wechselseitigen Zusammenwirkung aller Funktionen des Organismus ist, so kann auch nie eine Störung irgend eines Gliedes dieser Kette, sei es an dieser oder jener Oertlichkeit des Körpers, ohne Mitleidenschaft der übrigen gedacht werden. Diese solidarische Mitleidenschaft in ihren intimen Beziehungen wie überhaupt der innige Rapport aller Körperorgane untereinander bleibt

unserer Erkenntnis freilich in vielen Fällen verborgen, und geschieht es daher auch, daß, obschon sie vorhanden sind, wir trotz allen aufgewendeten Scharfsinnes und trotz sorgfältigster Beobachtung oft nur eine einseitige, eine lokale Störung wahrzunehmen vermögen.

Dieser innige Zusammenhang, dieses allseitige und gleichmäßige (harmonische) Zusammenwirken aller Kräfte und Organe unseres Körpers, ist es nun, was wir ein „gesundes Leben" nennen. Und ist dieses „gesunde Leben", diese Lebenskraft das Endergebnis des wechselseitigen Zusammenwirkens aller Funktionen des Organismus, so wird sie es auch sein, an welche der Arzt bei jeder Krankheit, ohne alle und jede Ausnahme, appellieren, und auf die er sein Hauptaugenmerk zu richten hat. Denn sie ist das, was die Naturheilkunde als Selbstheilvermögen des Körpers, als Naturheilkraft, als inneren, eingeborenen Leibarzt zu bezeichnen pflegt. Dieses Selbstheilvermögen des Körpers in seinen Heilbestrebungen zu unterstützen, anzuregen, aufzumuntern, ihr Hindernisse aus dem Wege zu räumen, ist die Aufgabe des Naturarztes; und in der Möglichkeit, dies zu erreichen, liegt die Hoffnung auf Genesung. Besäße nun die Lebenskraft eines jeden Kranken die von Haus aus gegebene, ursprüngliche Energie, so würde sie (wie bei Tieren und unzivilisierten Völkern) ohne Unterstützung im Stande sein, die Krankheit zu heilen. Da aber dank unserer so oft naturwidrigen Lebensweise nur Wenige jene ursprüngliche Lebensenergie ungeschwächt besitzen, so ist es eine der wichtigsten Fragen des Wasserheilverfahrens, die Lebenskraft des Patienten für den segensreichen Kampf gegen die Krankheit zu der erforderlichen Energie zu entwickeln. Der Kräftezustand des Patienten ist mithin in erster Linie zu berücksichtigen, und wird z. B. dort, wo bereits vorgeschrittene Entartungen und Zerstörungen (Desorganisationen) lebenswichtiger Organe (Herz, Lunge, Leber, Nieren, Magen ꝛc.) vorhanden sind, die mildere Form der Wasseranwendung, verbunden mit einer entsprechenden Diät, notwendig sein, um wenigstens kräfteschonend und kräftehaltend einzuwirken.

Eine zweite nicht minder wichtige Frage betrifft die Individualität, also die eigenartigen persönlichen Besonderheiten in der Organisation des Kranken. Diese Frage ist sehr schwer zu beantworten, denn hier ist das eigentliche Feld für den sog. praktischen Blick des Arztes, hier helfen weder reiche Kenntnisse noch Erfahrungen, sondern nur dasjenige Talent, das eben den Arzt zum wahren Arzte macht. Doch auch für diese Kunst zu individualisieren giebt das W.-H.-Verfahren Denjenigen einigen Anhalt, die dieses größte ärztliche Talent nicht besitzen. Denn außer dem Aussehen, dem Kräftezustande, überhaupt dem Totaleindruck, den der Kranke macht, genügt probeweis ein kühles Halbbad mit nachträglicher Packung, um das uns durch Uebertreibungen oder Abschwächungen des Kranken bisher unklare Naturell in seiner thatsächlichen Art erkennen und vielleicht noch manche Symptone offenbar werden zu lassen, welche für die Art und Weise der Behandlung von hoher Wichtigkeit werden können. Oft sind es nur leise Winke, welche die Natur giebt, aber wer es verstehen und

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

würdigen lernt, wie sie reagiert, wie sie antwortet, wird reichlich belohnt werden. Das Befinden und Verhalten des Kranken, die Veränderungen der Haut und der Herzthätigkeit durch die Prozedur bilden um so wichtigere Anhalte, je weniger man von gelehrten Vorurteilen ausgeht, je mehr man allein das naturgemäße Prinzip walten läßt und einfach und naturgetreu beobachtet, um die Grundursachen zu erforschen, und in der Vorhersage (Prognose) sich dem genialen Naturarzte, dem „Bauer" Prießnitz zu nähern. Die höhere oder niedere Temperatur des Wassers läßt diese Fragestellungen in jeder Weise modifizieren, indem je nach Dauer oder Temperatur der Wasseranwendung verschiedene oft völlig entgegengesetzte Wirkungen eintreten, (z. B. ist bei Anwendung kalten Wassers die Wirkung eine wärmeentziehende und die Nachwirkung — Reaktion — eine erregende, belebende). Diese erste Wirkung des Wassers sowie ihre Nachwirkung muß stets im Auge behalten werden. Denn der durch das kalte Wasser in seinem Gleichgewichte gestörte Körper sucht dies letztere durch erhöhte Thätigkeit und eine hieraus folgende Wärmeentwickelung wiederherzustellen, und die Energie, die er hierbei entwickelt, die vollständige oder nur theilweise Reaktion, die bestimmte und energische, oder unbestimmte zögernde, auf tiefgehende Unmacht und Kraftlosigkeit deutende Antwort, die er erteilt, sowie das Befinden des Patienten nach diesem Probeversuch hinsichtlich seines Kräftezustandes (ermattet, neubelebt, erschöpft oder neugestärkt) — das sind die überaus wichtigen Ergebnisse und nicht hoch genug anzuschlagenden praktischen Winke, die uns die Natur auf unsere sozusagen Instruktion einholenden Fragen erteilt.

Das Wasserheilverfahren in der Wundarzneikunde (Chirurgie) behandelten wir an anderer Stelle, hier nur erwähnend, daß die Anwendung des kalten Wassers in der Chirurgie zwar schon eine uralte ist, doch mit der Einschränkung, daß das Wasser immer nur in seiner Erstwirkung, also entzündungswidrig, wärmeentziehend, gebraucht worden ist, während die Wasserheilkunde auch die zweite Wirkung des kalten Wassers, die Nachwirkung desselben in chirurgischen Fällen auf umfangreiche und erfolgreichste Weise in Anwendung zieht.

2. Die einzelnen Anwendungsformen des Wassers.

a) **Das Ganz- oder Vollbad.** Die kalten Ganz- oder Vollbäder, mögen sie nun in der Wanne, im Badebassin, als Fluß- oder als Seebäder genommen werden, sind vom Standpunkte der Naturheilkunde keine empfehlenswerten Anwendungsformen des Wassers. Gesunde mögen davon weiten Gebrauch machen, sobald die Temperatur des Wassers nicht unter 15^0 R. beträgt, und solange der Badende dabei die sonstigen Vorsichtsmaßregeln, z. B. hinsichtlich der Dauer, beobachtet. Doch als Heilmittel sind die kalten Vollbäder in allen Fällen mindestens entbehrlich, in einer ziemlich großen Anzahl der Fälle sogar schädlich, da sie in zu heftiger Weise das Blut nach dem Körperinnern zurückdrängen, was in vielen Fällen (z. B. bei Herz-, Lungen- und Gehirnleiden, also bei Solchen, die an Herzklopfen, Atemnot und Congestionen leiden, auch bei hochgradig

geschwächten Schwerkranken 2c.) Gefahren in sich schließt. Auch verursachen sie in der privaten Krankenbehandlung zu viel Mühe, Kosten und Zeitverlust. (Vergleiche „Entzündungswidriges Verfahren.")

Beim Gebrauch der Vollbäder von Gesunden muß noch Folgendes bemerkt werden:

Temperatur, wie bereits erwähnt, nicht unter 15° R. Die zu häufige und zu lange andauernde Anwendung von zu kaltem Wasser (15—0° R. letztere Temperatur hat das unter dem frisch aufgehackten Eise von Flüssen oder Seen befindliche Wasser) ist gleichbedeutend mit der Einwirkung jedes anderen starken, zu lange und zu oft angewandten Reizmittels. Dementsprechend sind auch die Folgewirkungen. Zunächst entsteht das Gefühl einer angenehmen Kühlung und einer fühlbaren Kräftigung (letztere ist jedoch in Wahrheit ein Erregungszustand, welcher mehr Betriebskräfte mobil macht, dem weiterhin ein Gefühl der Müdigkeit und Abspannung folgt.)

Bei längere Zeit fortgesetztem Gebrauch derartiger oft wiederholter und langdauernder kalter Vollbäder werden jene Zeitperioden, in denen sich die Abspannung fühlbar macht, immer länger und die Kraftzeiten immer kürzer; die Nervenspannung nimmt ab, die Körperwärme vermindert sich und die Gesundheit leidet darunter nicht selten in dem Maße, daß das Leben dadurch verkürzt wird. Die drei Hauptregeln für Badende bleiben immer die: nicht zu kalt, nicht zu oft und nicht zu lange zu baden.

Was heißt nicht zu oft? Der Mensch ist kein Amphibium, kein Geschöpf für Luft und Wasser, sondern ein ausschließliches Luftgeschöpf. Der Mensch soll daher in erster Linie in der Luft und im Sonnenlicht baden (Luft- und Sonnenbäder) und das Wasser nur gebrauchen zur Reinigung, zur Abhärtung, zur Erfrischung in kranken Tagen, zur Kühlung und zur Belebung (z. B. zur Entziehung überflüssiger Wärme, zur Anregung der erlahmenden Lebensthätigkeit 2c.)

Was heißt nicht zu lange? Es besteht ein wesentlicher Unterschied zwischen einem Reinigungs- und einem Erfrischungsbade; ersteres muß warm (24—27° R.) und bis 30 Minuten, letzteres mäßig kalt (18—22° R.) und nur 5—10 Minuten lang genommeu werden.

Was heißt nicht zu kalt? In der weitaus großen Mehrzahl der Fälle sind Bäder unter 15° R. nicht zu empfehlen. Ganz kräftige, ganz gesunde junge Leute können ausnahmsweise unter dieser Temperatur baden, aber auch bei ihnen darf es nicht zur Regel werden, sonst wirken derartige Bäder nicht gesundheitsfördernd, sondern gesundheitsuntergrabend, zumal die Unsitte noch sehr verbreitet ist, übermäßig lange im Bade zu verweilen.

Die Bäder in Flüssen, Teichen oder Seen haben vor jenen in der Badewanne immer den großen Vorzug, daß sie ausgiebige Bewegung des Körpers gestatten (z. B. das Schwimmen und anderweitige Bewegungen des Rumpfes und der Gliedmaßen), wodurch im Körper Wärme gebildet und somit die dem Körper durch das kalte Badewasser entzogene Wärme

zum Teil wieder ersetzt wird, zugleich aber auch das nach dem Körperinnern, also nach den edlen Organen zurückgedrängte Blut von diesen Teilen hinweg nach den Muskeln des Rumpfes und der Gliedmaßen, ebenso nach der Haut, kurz: nach der Oberfläche des Körpers getrieben wird.

b) **Das Halbbad.** Dasselbe wird in einer gewöhnlichen Badewanne hergerichtet, die je nach Umständen mit kaltem oder mehr oder weniger abgeschrecktem Wasser (je nach der Art der Krankheit, dem Alter, dem Geschlecht und Kräftezustande des Patienten) und zwar so hoch angefüllt wird, daß es dem Patienten bis an den Nabel reicht. Sobald der Kranke in dieses Halbbad gesetzt worden ist, wird derselbe unter Beihilfe von ein bis zwei Personen, am Rumpf und Gliedmaßen vermittelst grober Leintücher oder mit Badehandschuhen oder auch mit bloßen aber angefeuchteten Händen kräftig gerieben und (Kopf, besonders auch der Nacken, Brust und Rücken des Kranken), entweder mit Wasser von derselben Temperatur oder mit kühlerem Wasser öfter übergossen. Auch giebt man ihm öfters frisches Wasser zu trinken. Nach dem Bade wird derselbe auf ein trockenes Leintuch gelegt und mit diesem noch kräftig abgerieben, um eine möglichst starke Reaktion und die durch dieselbe entstehende Erwärmung hervorzurufen.

Bei Bewußtlosigkeit des Patienten muß in den meisten Fällen das Wasser gut abgeschreckt sein (16—24° R.) Bei starkem Fieber ist es bisweilen notwendig, das Badewasser zu erneuern oder kälteres Wasser zuzugießen, da das Badewasser bei längerem Gebrauche durch die Hitze des im Bade sitzenden fiebernden Kranken erwärmt wird. Höher temperiertem (abgeschrecktes) Wasser wird man hauptsächlich bei alten und schwächlichen Personen, ebenso bei Säuglingen, kühleren Temperaturen (16—20° R.) bei kräftigen Personen den Vorzug geben.

Beim Halbbad, dieser einfachen, von Prießnitz erdachten Badeform, wendet man am besten Wasser „vom Brunnen weg" an, bis das Bewußtsein zurückkehrt; es ist eins der vorzüglichsten Mittel bei der Behandlung von fieberhaften Krankheiten, es läßt sich — und das ist in der ärztlichen Praxis von hoher Wichtigkeit — überall leicht beschaffen, und ist daher aus diesen beiden Gründen eines der zweckmäßigsten und deshalb am häufigsten gebrauchten Anwendungsformen des Wassers.

Es dient:

1. als abkühlendes Mittel bei fieberhaften und entzündlichen Zuständen;

2. als wirksamstes Ableitungsmittel bei Entzündungen und bei kongestiven Zuständen (also bei Blutandrang ꝛc.) einzelner größerer lebenswichtiger Organe (Gehirn, Lunge, Herz, Unterleibsorgane);

3. als Erregungs- und Belebungsmittel bei plötzlichen gefahrdrohenden Zufällen, z. B. bei Schlagflußanfällen, bei Sonnenstich, bei Herzkrampf und Starrsucht und anderweitigen Krampfzuständen (Eklampsie), bei Scheintod, bei der Cholera, bei geistigen Erregungszuständen (Geisteskrankheiten), bei schwerer Trunkenheit und Säuferwahnsinn (delirium tremens);

4. als mildes Belebungsmittel bei schwächlichen Konstitutionen und als Vorbereitung zu Vollbädern. In diesem Falle wird es nur einige Minuten lang angenommen (z. B. auch nach feuchten Einwicklungen ꝛc.).

Wie überhaupt, so empfiehlt es sich ganz besonders im Hinblick auf Nr. 1 und 2, wo oft ein scharfer ärztlicher Blick erforderlich ist, um sicher und erfolgreich vorgehen zu können, immer erst mit milden Temperaturgraden des Badewassers zu beginnen, denn hierdurch wird nicht nur eine völlig gefahrlose Anwendung selbst in sehr wenig geübten Händen gewährleistet, sondern es werden auch heftige, nachträglich nur schwer zu bemeisternde Fieberstürme vermieden, welche bei einem hinsichtlich der kalten Temperatur des Badewassers allzu energischen Verfahren als Rück- oder Gegenwirkung (Reaktion) aufzutreten pflegen. Eine Steigerung hinsichtlich der Verstärkung des Verfahrens durch kältere Temperatur des Badewassers steht ja ohnehin jeder Zeit noch frei.

Handelt es sich darum, das Bad bei längerer Dauer milder zu gestalten und hauptsächlich kräftig nach der unteren Körperhälfte abzuleiten, so kann die obere Körperhälfte warm bekleidet bleiben und es wird alsdann nur die untere unbekleidete Körperhälfte unter kräftigem Reiben derselben gebadet (z. B. bei Gehirn- oder Lungenaffektionen).

Nur bei torpiden Zuständen, also da, wo der Körper in seinen Heilbestrebungen mehr oder weniger erschlafft und erlahmt ist, muß mit der Temperatur des Badewassers unter die obere angegebene Norm herabgegangen werden, da bei derartigen Zuständen, wo das Nervenleben auf das Aeußerste herabgestimmt ist und die Lebensprozesse zu erlahmen beginnen, der Fortbestand des Lebens bedroht ist. In diesen Fällen, wo bei der Arzneibehandlung dem Kranken Moschus, Bibergeil und Aehnliches verabreicht wird, steht der Naturheilkunde in dem vermittelst kalter Halbbäder auf die gesamte Körperoberfläche ausgeübten Kältereize ein souveränes Mittel zu Gebote, und genügt bei weniger torpiden Zuständen nicht selten schon eine flüchtige Bespritzung oder ein Betupfen oder Waschen der Stirn, der hinter den Ohren gelegenen Hautstellen, des Gesichts und der Brust mit kaltem Wasser, um die erlahmenden Lebensgeister wieder wachzurufen, das Haut- und Nervenleben wieder anzuregen, das Bewußtsein zu wecken und das laute Phantasieren des Kranken zum Schweigen zu bringen. In den schwersten Fällen wird jedoch eine Totalbewässerung des Körpers notwendig, und zwar mit Wasser von 12—8° R.

Für die Dauer des Bades ist immer nur das Gefühl des Kranken entscheidend; der Zweck ist erreicht, wenn das Fieber um einige Grade erniedrigt wurde und der Kranke zu frösteln beginnt; mithin müssen die Verhältnisse genau berechnet und die Wirkungen mit sorgsamem Auge beobachtet werden. Bei sehr empfindlichen Patienten kann man gleich zu Anfang des Bades ein kaltes nasses Tuch über den Kopf legen. —

Die Wiederholung der Halbbäder findet so oft statt als erneute Hitze und Unruhe sich einstellt und nimmt man die Temperatur des Badewassers immer möglichst mild (24—26° R.), denn es empfiehlt sich, lieber öfter

als zu kühl zu baden. Nur bei gefahrvollen Zuständen geht man mit der Temperatur des Badewassers bis auf 10—8° R. herab.

Die weiteren Anwendungsformen des Wassers sind: die Sitzbäder, die Wellenbäder. — Die teilweisen Bäder (also Arm-, Augen-, Bein-, Ellenbogen-, Fuß-, Hand-, Kopf-, Mund-, Nasen-, Sohlenbäder und das Ausspülen von Mund und Nase); — Die Douchen. — Die Übergießungen. — Die Tauchbäder. — Die Regenbäder. — Die Waschungen. — Die Umschläge (und zwar sowohl um den ganzen Körper als um einzelne Körperteile; Umschläge 1. entzündungswidriger, 2. erwärmend beruhigender; 3. erwärmend erregender Natur) und endlich die Klystiere und andern Einspritzungen. — Alle diese Maßnahmen sind, um die Übersicht im vorliegenden Artikel nicht zu erschweren, in den einzelnen Abschnitten eingehend behandelt worden. S. diese.

3. Das entzündungswidrige Verfahren (herabstimmende, reizentziehende).

Bei allen Entzündungen sowie entzündlichen und fieberhaften Krankheiten spielt das kalte Wasser die Hauptrolle. Man hat anfangs mit einem gemäßigten, entzündungswidrigen Verfahren zu beginnen und erst im weiteren Verlaufe der Krankheit zu beobachten, ob ein gesteigertes Verfahren erforderlich ist. Denn der menschliche Körper ist ein lebendiger Organismus, der nicht in physikalischem Sinne beliebig abgeschwächt werden kann, sondern der auf äußere Einwirkungen rückwirkt (reagiert). Wenn daher ein hochgradig fiebernder Organismus durch sehr kaltes Wasser vorübergehend zu stark verkühlt wird, so gleicht er in der Rückwirkung (Reaktion) den erlittenen Wärmeverlust nicht nur auf die ursprüngliche Fiebertemperatur, sondern noch darüber hinaus wieder aus. Durch allmälige Entziehung der Wärme hingegen wird die Lebensthätigkeit des Organismus nicht zu sehr gereizt, mithin eine zu starke Rückwirkung verhindert. Das entzündungswidrige Verfahren bedient sich daher des abgeschreckten Wassers (12—20° R.), und zwar in Form von Bädern, Halbbädern, Sitzbädern, Waschungen, nassen Einpackungen, kühlen Umschlägen, Getränken und Klystieren.

1. Die **Vollbäder** dürfen nur bei kräftiger Konstitution und mit großer Vorsicht angewendet werden, da sie, die Widerstandskraft des gesammten Körpers in unmittelbarster Weise herausfordernd, tief in das organische Getriebe eingreifen. Am besten, wo Anwendung des milderen Verfahrens nicht mehr ausreicht, also bei heftigen und zugleich bösartigen Fiebern. Ihre Dauer (nicht über 15—20 Minuten) wird durch Eintreten heftigen, sich bis zur Erstarrung steigernden Frostes begrenzt. Die Abkühlung ist erst dann als ausgiebig zu betrachten, wenn auch die Achselhöhlen anfangen zu erkalten. Der Kranke wird nun in das Bett zurück gebracht und tritt nach recht kräftigem Reiben der Gliedmaßen ein milder Schweiß ein mit merklichem Nachlaß aller entzündlichen Symptome. Jedoch nur in seltenen Fällen darf dies heroische Verfahren wiederholt werden.

2. Die **Halbbäder**, eine weit weniger heroische Anwendungsform des Wassers, werden bei allen Arten und Stadien fieberhafter Krankheiten, besonders auch fieberhafter Hautkrankheiten und Entzündungen innerer Organe verwendet. Mit abgeschrecktem Wasser beginnend (kräftige Konstitutionen und weniger hochgradig heftige Fälle ausgenommen) gießt man ganz allmälig und je nach Umständen kühlend hinzu. Hierdurch wird nicht nur gefahrlose Anwendung auch in wenig geübten Händen gewährleistet, sondern werden auch heftige, nachträglich nur schwer oder gar nicht zu bemeisternde Stürme, bedingt durch gleich allzu energisches Verfahren, zurückgehalten. Eine Steigerung hinsichtlich der Verstärkung des Verfahrens steht ja dann immer noch frei. Dauer der Anwendung ist vom Erfolge, von der Hartnäckigkeit und dem betreffenden Stadium der Krankheit abhängig. Oefterer Wiederholung ist möglichst vorzubeugen wegen der damit verbundenen großen Unbequemlichkeit, ja selbst Qual für den Kranken. Von großer Bedeutung ist die zeitweilige Gegenwart des Arztes bei dem Bade, um mit gespanntester Aufmerksamkeit auf die Winke der Natur hinsichtlich der Mittel und Wege zu achten, durch die wir ihr am erfolgreichsten zu Hilfe kommen können.

3. Die **Sitzbäder** leisten besonders bei entzündlichen Affektionen der Unterleibsorgane (vor allen, wenn der Kranke nicht an das Bett gefesselt ist, also hauptsächlich bei chronischen Entzündungen der Unterleibsorgane (Magen, Leber, Gebärmutter ꝛc.) die vortrefflichsten Dienste. Das Ueberraschende der diesbezüglichen Erfolge liegt in dem Umstande, daß die Blutbahnen der Unterleibsorgane (Leber, Milz, Gekröse) im Stande sind, das gesamte Körperblut in sich aufzunehmen. --- Man beginnt ebenfalls mit abgeschrecktem Wasser, weiterhin kühleres hinzufügend, um die gleich anfangs stattfindenden Kongestionen nach den Zentralorganen (Herz, Lunge, Gehirn) möglichst zu verhindern. Dauer des Bades richtet sich nach verschiedenen Nebenumständen; stellt sich Nachlaß der krankhaften Zufälle ein, dem ein bemerklicher Frostanfall voraufgeht (stets ein Zeichen für Beendigung eines Bades), so ist zunächst der Zweck eines solchen Sitzbades erreicht. Darnach Ruhe, worauf die Heftigkeit der Erscheinungen nachläßt. Bei erneuten Fiebererscheinungen Wiederholung des Verfahrens, bis in den Ruhepausen ein gelinder, bedeutenden Nachlaß der Krankheitserscheinungen bringender Schweiß sich einstellt. Nicht ratsam sind Sitzbäder bei zu Blutwallungen (Kongestionen) nach den Zentralorganen neigenden Personen, da sie schon an und für sich bei der hockenden, zusammengekrümmten Stellung des Patienten den Blutumlauf beeinträchtigen.

4. Die **Umschläge** in naßkühler Form und zwar sowol örtlich als über den ganzen Körper. Oertlich werden sie angewendet bei äußerlichen Entzündungen, Hautausschlägen, sowie auch bei Verwundungen, im letzteren Falle finden zur Hintanhaltung des Wundfiebers auch allgemeine Umschläge statt. Der geniale Prießnitz gebrauchte diese naßkalten Umschläge bei Personen mit zugleich allgemeiner Säfteverderbnis derart, daß er sie nicht auf, sondern neben die betreffenden entzündeten Stellen legte,

damit ihre, heftige Reaktion erzeugende Wirkung in den kranken, dabei ausgedehnten und verfeinerten Geweben einen torpiden Zustand herbeiführen, also die Lebensthätigkeit der Gewebe völlig zum Stillstand bringe. — Die naßkühlen Umschläge über den ganzen Körper sind nur von kurzer Dauer und mit häufigem, je nach Bedarf eintretendem Wechsel anzuwenden.

5. Die **kühlen Getränke** bilden ein wirksames Mittel, die Ueberfüllung der inneren Organe mit Entzündungsblut zu verhindern, und endlich

6. die **kühlen Klystiere** befördern die Leibesöffnung und unterstützen dadurch die gesamten Leibesfunktionen, wirken in oft überraschender Weise wohlthätig ableitend bei allen Entzündungen der oberen Körperhälfte, besonders des Kopfes, und sind das fast allein sicheren Erfolg versprechende Mittel, bei Entzündungen der Gebärmutter dieses blutreiche Organ in seinem ganzen Umfange zu beeinflussen. Bei weiblichen Patienten sind überdies die kühlen (nicht kalten!) Klystiere, insonderheit bei Nervenleiden aller Art schon deshalb von hohem therapeutischem Wert, weil sie durch Anregung und naturgemäße Belebung der Zentralstätte des weiblichen Nervenlebens (Gebärmutter) auch das gesamte übrige Nervenleben sowie auch die Gehirnthätigkeit zu beeinflussen vermag.

Die angeführten Maßnahmen für das entzündungswidrige Verfahren haben jedoch nur solange Bedeutung, als die Behandlung der Entzündungen eben eine entzündungswidrige ist. In dem Artikel über „entzündliche Krankheiten" haben wir des weiteren ausgeführt, daß das entzündungswidrige Verfahren seine Grenze erreicht, sobald die Entzündung bereits zur Eiterbildung drängt. In diesem Falle tritt dann teils das stärkende und erregende Verfahren (um die Eiterung bald und sicher herbeizuführen), teils das mild ableitende, beruhigende Verfahren (um den Eiterungsprozeß gefahrlos für das betreffende oder ein benachbartes edleres Organ zu machen) in seine Rechte.

4. Das stärkende Verfahren (reizende, erregende.)

Das reizende und erregende Verfahren findet überall da seine Anwendung, wo die gesunkene Lebenskraft den Kampf gegen die krankmachenden Potenzen, weil erlahmend, nicht mehr fort- und durchzuführen oder ihn ohne kräftige Unterstützung gar nicht einmal aufzunehmen im Stande ist.

Selbstredend appeliren wir auch in diesem Falle an den inneren uns eingeborenen Arzt. Auf keine, auch auf die gelindeste Beeindruckung des Körpers bleibt derselbe die Antwort schuldig, jederzeit ist er bereit und bemüht, jedwedes, auch das kleinste Mißverhältnis auszugleichen. Ist die Störung des Gleichgewichts der verschiedenen Lebensvorgänge auch noch so gering, schnell wird der Organismus bereit sein, die entstandene Lücke auszugleichen und das Verlorengegangene zu ersetzen. Durch milde Anregungen sind wir daher im Stande, das Leben anzufachen. Auch das Wenige, was wir dem Körper durch milde Anwendungsformen des Wassers an Wärme entziehen, bewirkt behufs Ausgleichung der vorhandenen Differenz

eine vermehrte Regsamkeit der Funktionen des Atmens, des Blutumlaufs und der Ernährung. Der Stoffwechsel erleidet daher einen Anstoß an den Hauptadern des Lebens, ohne daß ihm anderweitig — wie es bei einem medizinischen Eingriffe der Fall ist — irgend welcher fremdartige Stoff einverleibt und aufgebürdet wird, in welchem Falle der Körper seine Kraft und seine Thätigkeit nicht direkt in seinem Nutzen, nicht zur eigenen Kräftigung verwenden kann, sondern gezwungen ist, das letzte Aufgebot seiner Kräfte zur Abweisung eines feindlichen Angriffes, eines positiven Reizes zu verwenden. Dieser Reiz, welcher in der Einverleibung eines dem Körper absolut fremdartigen Stoffes (der Medizin) besteht, schließt nur zu oft eine positive Schädlichkeit in sich ein, allarmirt dadurch die Gegenwehr des Körpers und fordert sie heraus, um ihn unschädlich zu machen (zu neutralisiren) oder auszustoßen oder er bildet im besten Falle einen überflüssigen Ballast für den Körper. Die Anregung hingegen, welche auch selbst die mildesten Anwendungsformen des Wassers an den Hauptheerden des Lebens im Blutumlauf, im Athmungsprozeß und in der Ernährung, kurz im gesammten Stoffwechsel hervorbringt, ist selbst in den verzweifeltsten Fällen, sobald nur noch ein, wenn auch noch so winziger Vorrat der Urkräfte des Lebens vorhanden ist, geeignet, einen durchaus naturgemäßen und heilsamen Auf- und Umschwung in dem gesammten Triebwerke des organischen Lebens hervorzubringen.

Bei dem schwach reizenden und erregenden, dadurch aber stärkenden Verfahren handelt es sich also darum, durch negative und indirekte, nämlich durch Entziehungsreize (Wärmeentziehung) mit positiver Gegenwirkung das Leben zu selbsteigener Thätigkeit, zur Uebung und Stärkung seiner Urkräfte anzuregen. Ein derartiger Reiz ist ein wahrhaft naturgemäßer, das Leben thatsächlich fördernder Reiz, weil letzterer in seinen Wurzeln erstarkt wird. Gerade entgegengesetzt wirken die verschiedenartigen positiven direkten Reize. Anstatt wie jene negativen Entziehungsreize (z. B. Kälte, Enthaltsamkeit von Speise und Trank) ihm etwas zu entziehen und ihn dadurch zu nötigen, die innersten Quellpunkte des Lebens zu erschließen und aus dem Urquell des Lebens zu schöpfen, führen sie ihm von außen etwas zu, das als bloßer Gegen- und Abwehr herausfordernder Reiz wirkt (Reizmittel, Medikamente, giftige Getränke ꝛc.). Wenn derselbe im Wesentlichen, also als erste Wirkung, wol auch dieselben Erscheinungen (erhöhte Lebensthätigkeit, vermehrte Wärme) hervorruft, so ist das doch die Folge einer Ueberreizung. Denn während bei jenen naturgemäßen Mitteln die Erstwirkung ein negativer Reiz, die Nachwirkung aber eine positive, ein Zustand der Kräftigung und Erstarkung durch die Erhöhung des Lebensprozesses ist, so ist hier (also bei Anwendung von Medikamenten ꝛc.) die Erstwirkung ein positiver Reiz, die Nachwirkung eine negative, ein der Ueberreizung entsprechender Zustand von Erschlaffung und Erschöpfung. Jedermann weiß, daß durch die Einwirkung von Wärme, von geistigen Getränken (und entsprechend bei Medikamenten von gleicher Wirkung) der Lebensprozeß gleich von vornherein erhöht wird, um dann unter seinen

vorherigen Standpunkt zu sinken und einen Zustand von Erschlaffung und Ermattung zu hinterlassen.

Bei der Auswahl der entsprechenden Anwendungsformen des Wassers ist eine sorgfältige Prüfung der vorhandenen Summe von Lebenskraft unerläßlich nötig, die am besten aus den Wirkungen der ersten Anwendung eines Bades oder einer sonstigen Anwendungsform erkannt zu werden vermag. Von der richtigen Schätzung hängt einzig und allein der gute Erfolg der Kur ab. Eine Ueberschätzung wird am leichtesten dadurch sichtbar, daß alsdann das Verfahren nicht kräftigt, sondern nur reizt und erregt. Dadurch, daß alle Funktionen des Körpers in erhöhte Thätigkeit versetzt werden, erscheint die Aufregung nur zu oft als Kräftigung und wird nicht selten erst dann als das, was sie wirklich ist, erkannt, wenn ein ersichtlicher Verfall der Lebenskraft eingetreten ist.

Deshalb gilt bei diesem Verfahren als Hauptregel:

Nur ganz allmälig von milderen zu kräftigeren Anwendungsformen überzugehen und nichts zu übereilen. Wie überall, so leidet auch hier die Natur keinen Zwang, geht still und stetig ihre Bahn und straft jedes voreilige oder gar unberufene weil vorwitzige Eingreifen mit unausbleiblichen Folgen.

Die Anwendungsformen zur Erreichung des in Rede stehenden Zweckes sind sehr mannigfaltig und wechseln in ihrer Art und Stärke in demselben Maße als die mild erregende Nachwirkung des Verfahrens den Kräftezustand des Kranken verbessert und die Lebensprozesse wieder gleichmäßiger und einhelliger werden, wodurch sich der Gesammtorganismus kräftigt.

Alle Anwendungsformen müssen von kurzer Dauer sein, um dem Körper nicht zu viel Wärme zu entziehen und die Gegenwirkung des Körpers nicht zu verzögern und dadurch schwächend und herabstimmend einzuwirken. Die schnellste und vollständigste Rückwirkung des Organismus erfolgt allerdings bei Anwendung sehr kalter Temperaturen, verlangt aber, wenn die beabsichtigte kräftige Rückwirkung eintreten soll, einen großen Vorrat von Wärme und Lebenskraft, der hier ja eben mangelt. Deshalb müssen die Anwendungsformen ihrer Art nach auch anfänglich von milder Temperatur sein.

Vorzugsweise muß das Hautorgan berücksichtigt werden, weil die Beförderung der Säftebewegung in der Haut auf das Befinden des Gesammtorganismus von größter Bedeutung ist. Geht der Waschung oder der feuchten Abreibung der Haut oder dem Bade eine Erwärmung der Haut durch Körperbewegung oder, wo diese nicht möglich, durch ein Bettdampfbad oder eine feuchte Einhüllung oder eine trockene Abreibung voraus, so wird dadurch der Erfolg des Verfahrens wesentlich begünstigt und erhöht, weil in solchem Falle nicht die erforderliche Hautwärme fehlt, die notwendig ist, um die Rück- oder Gegenwirkung des Körpers vollständig und somit erfolgversprechend zu machen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Bei allen fieberhaften Schwächezuständen sind die Waschungen, die feuchten Einhüllungen und die Halbbäder mit Uebergießungen angezeigt.

1. Die **Ganzwaschungen** sind wie in allen anderen Fällen auch hier ein unvergleichliches Mittel, um auf den gesammten Lebensprozeß belebend, bethätigend und stärkend einzuwirken. Ganz besonders noch empfehlen sich dieselben bei Verwöhnten und bei zarten oder schwächlichen Konstitutionen (Frauen und Kindern) und bieten außerdem den in der Praxis sehr hoch anzuschlagenden Vortheil, daß sie leicht und bequem auch bei wenig kräftiger, fremder Beihülfe ausgeführt werden können. Sie sind berufen, besonders bei allgemeinen Schwächezuständen, bei Kinderkrankheiten und bei Rekonvaleszenten eine große Rolle zu spielen.

2. Die **Halbbäder**. Wo es darauf ankommt, durch Erregung die nur schlummernden Kräfte (z. B. bei Abstumpfungszuständen des Nervenlebens, also bei torpiden Zuständen) anzufachen und den Organismus in den Stand zu setzen, den Kampf gegen die vorhandene Krankheit wieder aufzunehmen und siegreich durchzuführen, werden anderweitige kräftige Anwendungsformen gebraucht. In erster Linie das Halbbad mit kühlen Uebergießungen; ferner überhaupt kurze, plötzliche aber doch kräftige Erschütterungen des Organismus und insonderheit des Nervensystems, also z. B. bei entzündlichen Fiebern, bei denen nicht gleich von Anfang an eine naturgemäße Behandlung stattgefunden hat, bei Krämpfen, bei Anfällen von Epilepsie, bei Bewußtlosigkeit und Schlummersucht, bei starker Benommenheit des Kopfes ꝛc. ꝛc.

3. Die **örtlichen Bäder** und insonderheit die **Sitzbäder** verdienen ebenfalls bei dem erregenden und stärkenden Verfahren die ausgedehnteste Anwendung, z. B. bei Schwächung der Verdauungsorgane, bei Hämorrhoidalleiden und überhaupt bei Unterleibsleiden, bei Frauenkrankheiten aller Art sowie bei Schwächezuständen und Krankheiten im Geschlechtssystem. Sie sind beim erregenden Verfahren öfter, doch von kurzer Dauer anzuwenden; auch muß man hinsichtlich der Temperatur des Badewassers von der kühlen zur kälteren Temperatur heruntergehen.

Bei Solchen, welche an Blutandrang nach dem Kopfe oder nach der Brust leiden, darf das Belegen von Kopf und Brust mit nassen oft zu wechselnden Tüchern und das Trinken von frischem Wasser nicht verabsäumt werden.

Die anderweitigen örtlichen Bäder, wie Fuß-, Augen-, Nasen- und Mundbäder, ebenso die Einspritzungen in den Mastdarm und die Geschlechtsteile finden zur Stärkung und Kräftigung von Muskeln, Sehnen, Nerven und Schleimhäuten ihre Anwendung.

Jedermann kennt die belebende und stärkende Einwirkung der kalten Fußbäder nach ermüdenden Märschen. In demselben und in ähnlichem Sinne werden die örtlichen Bäder bei Schwäche- und Erschlaffungszuständen, bei Schleimhautleiden, bei Ausflüssen und krankhaften Absonderungen, bei

Wunden und Geschwüren, die kein Heilbestreben zeigen, in Gestalt von wirklichen Bädern und in Form von Einspritzungen angewendet.

4. Die feuchten **Umschläge** oder **Einhüllungen**. Dieselben werden überall da angewendet, wo eine fortgesetzte Anregung eines Körperorganes oder überhaupt eines Körpertheiles erzielt werden soll. Da sie auf die Stelle, wo sie angewendet werden, heftig erregend wirken, so wirken sie auch zugleich ableitend auf die tiefer gelegenen Theile. Ihre Wirkung ist eine bewunderungswürdige, besonders bei alten Schäden, wie Wunden, Geschwüren, Hautausschlägen (Flechten), bei schwacher Verdauung, bei Schleimhautentzündung der Atmungs- und Verdauungswege und bei skrophulösen, gichtischen, rheumatischen und syphilitischen Affektionen. In derartigen Umschlägen (in Gestalt von feuchten Strümpfen ꝛc. und nachträglich feuchten Abreibung der Füße ꝛc.) ist auch beispielsweise das sicherste Mittel gegen kalte Füße, die oft jeder andern Behandlung spotten, gegeben. Selbstverständlich sind diese erregenden Umschläge nicht am Platze bei an und für sich schon gereiztem Zustande eines Körpertheils, z. B. bei heftig entzündlichen Zuständen. Auch hier wie überhaupt bei allen Maßnahmen der Naturheilkunde ist das Gefühl des Kranken das sicherste und zuverlässigste Mittel, um uns das erregende Verfahren richtig und erfolgversprechend anwenden zu lassen.

Die erregenden Umschläge werden nicht blos *örtlich*, sondern auch in Gestalt von „Einhüllungen", „Wickelungen" oder „Packungen" *allgemein* angewendet, um den gesammten Körper und in erste Linie das erschlaffte und unthätig gewordene Hautorgan zu erregen und allmälig zu kräftigen. Diese Einhüllungen des ganzen Körpers in feuchte Leintücher, werden, wie jeder Umschlag, der erregend wirken soll, erst dann erneuert, wenn sie trocken sind. Das abgestumpfteste und unthätigste Hautorgan wird durch diese erregenden Einhüllungen oder *allgemeinen erregenden Umschläge* strotzend, geschmeidig, thätig und schwitzend und leisten dieselben daher bei jenen schweren Erkrankungsformen, die durch allgemeine Hautausschläge charakterisirt sind (Masern, Scharlach, Pocken ꝛc.) sobald jene nur ungenügend zum Ausbruch kommen, unvergleichliche Dienste.

Die Einhüllungen in feuchte Leinentücher, also die Wicklungen oder Packungen haben den nicht hochgenug anzuschlagenden Vorteil, daß sie selbst in den Fällen, wo das Nervenleben schwer darniederliegt, und die Lebenskraft hochgradig geschwächt ist, erfolgversprechend angewendet werden können, also in Fällen, wo ersichtlich wenig Ur- oder Lebenskraft vorhanden ist, und das Schwitzen in trockenen Umhüllungen zu aufregend und erschöpfend wirken würde. In diesen Fällen die Anwendung des nassen Leintuches an Stelle der gewöhnlichen Schwitzkuren gesetzt zu haben, ist ebenfalls ein Verdienst des genialen Bauer Prießnitz.

Die feuchten Einhüllungen sind auch ein vorzügliches Mittel zur Heilung chronischer Krankheiten, welche durch mangelhafte Ernährung und fehlerhafte Säftemischung entstanden, denn sie lassen uns völlig freie Hand, die Erwärmung und Erregung bis zum bloßen Dunsten und Feuchtwerden

der Haut zu erzeugen oder sie bis zum wirklichen Ausbruch des Schweißes zu steigern. Durch diese allmälig sich steigernden Erregungen und Reizungen der Haut kommt es zu wirklichen Krisen und entsprechenden kritischen Ausscheidungen durch die Haut, die Nieren, den Darmkanal und die Schleimhäute. Deshalb verband Prießnitz hiermit die Vorstellung, daß durch das erregende Verfahren die in den eigentlichen Krankheitsherden oder im Gesamtorganismus abgelagerten Krankheitsstoffe gleichsam aufgejagt und in die allgemeine Bewegung des Stoffwechsels hineingerissen und an die Körperoberfläche (Peripherie) und überhaupt in die ausscheidenden Organe geführt, um daselbst aus dem Körper entfernt zu werden, wodurch die verschiedenartigen Färbungen, welche die Leintücher nicht selten annehmen, sprechen, ebenso wie Geruch und Geschmack des Schweißes, des Harnes, und seiner Beimengungen und der Stoffe, welche er absetzte, ebenso das Aussehen und Verhalten von Speichel, Schleim und Eiter und der medizinischen Stoffe (Quecksilber ꝛc.), die in den wollenen, für die Schwitzkuren verwendeten Decken sich vorfinden und mit dem Schweiße aus dem Körper des Kranken ausgeschieden werden.

5. Das **kalte Vollbad** und das **Sturzbad** (Douche). Diese beiden kräftigsten Anwendungsformen des Wassers finden beim erregenden und stärkenden Verfahren nur in ganz seltenen Fällen Anwendung, nämlich da, wo von Haus aus ein hohes Maß von Lebensenergie und Lebenskraft vorhanden ist. Das Sturzbad ist eine im höchsten Maße erregende Anwendungsform des Wassers und verlangt ganz besonders eine richtige Schätzung der vorhandenen Kräfte, während andererseits vorhandene Kongestivzustände der Brustorgane und des Kopfes ihre Anwendung verbieten. Treten dieselben bei Gebrauch derselben ein, so muß sofort ausgesetzt werden. Die Sturzbäder empfehlen sich daher für den allgemeinen Gebrauch auf keinen Fall, da das erregende und stärkende Verfahren durch anderweitige weit mildere Anwendungsformen des Wassers ebenso vollkommen und erfolgreich angewendet werden kann. Dasselbe gilt von den kalten Vollbädern in der Wanne, im See oder im Flusse. Die Stauung, welche dieselben im Blutkreislauf hervorrufen, sind für alle Arten von Krankheiten eine Gegenanzeige ihrer Anwendung. Gesunden können sie, selbstredend unter Beachtung aller diesbezüglichen Regeln (s. S. 335) natürlich nicht genug empfohlen werden.

5. Das ableitende oder beruhigende Verfahren

ist besonders bei allen entzündlichen und fieberhaften Krankheiten sowie bei heftigen kritischen Erscheinungen, wie sie häufig durch eine energische Wasserbehandlung hervorgerufen werden, von hoher Bedeutung. Und es lassen sich auch deshalb bei der Anwendung desselben keine bestimmten Vorschriften geben; der ärztliche Blick muß hier die Entscheidung treffen über das, was geeignet ist, hier fördernd, dort hemmend die in Aufruhr geratenen Kräfte des Organismus zu leiten und zu regieren. Aber diesen „ärztlichen Blick" kann auch der Laie sich aneignen, sofern er sich geübt hat im ruhigen Beobachten der waltenden Naturkraft, sofern er das eigentliche Wesen der

vorliegenden Krankheit erfaßt hat und sich durch keinerlei Nebenumstände darin beirren läßt. Denn die Anwendung des Wasserheilverfahrens erzeugt, da alle Kräfte im Körper mobil gemacht werden, so verschiedenartige, oft scheinbar sich widersprechende Erscheinungen, daß der Behandelnde nur in der Vorausberechnung des Erfolges seiner Maßnahmen mit Sicherheit sich durch die hochgehenden Wogen des Krankheitsprozesses hindurchfinden kann. Hier zeigen sich aber auch die staunenswerten Erfolge der Wasserbehandlung und hier feiert sie ihre höchsten Triumphe.

Derartige kritische Erscheinungen, welche ja nichts weiter sind als die sich heftig Geltung verschaffende Naturkraft, als der letzte Entscheidungskampf zwischen der Selbsthilfe der Natur und den sie krankmachenden Einflüssen, sind an sich in allen akuten Krankheiten gegeben und treten in allen chronischen Krankheitsformen früher oder später, bald mehr, bald minder heftig auf. Die aufs Höchste gesteigerte Willenskraft der Natur, die krankmachenden Einflüsse zu überwinden, steigert alle Funktionen zu einer Höhe, die oft jenes Maß übersteigt, welches zum harmonischen und segenbringenden Zusammenwirken aller Kräfte notwendig ist. Diese übermäßige Steigerung würde jedoch unter Umständen die Zerstörung des Organismus herbeiführen, bedarf daher einer Überwachung und Beherrschung. Allerdings könnte man hier die berechtigte Frage aufwerfen, warum man dem Sturme, welcher durch natürliche Mittel heraufbeschworen wurde, nicht seinen naturgemäßen Lauf lasse. Aber die menschlichen Einzelwesen der Jetztzeit sind ja von Jugend auf so wenig nach den Grundsätzen der reinen Naturheillehre erzogen worden, die Daseinsbedingungen sind oft so schädigende und den natürlichen Gesundheitsinstinct unterdrückende, daß die hervorbrechende, sich selbst helfen wollende Willenskraft der Natur gerade aus den genannten Gründen, wie eine lange Zeit im Felsen zurückgehaltener Quell mit alles übersprudelnder Gewalt hervorbricht, und deshalb gefaßt und an die notwendig maßvollen Bahnen geleitet werden muß.

Die Heftigkeit der kritischen Erscheinungen findet ihren Grund je in dem stärker oder schwächer angewendeten Reize der Maßnahmen und je nach dem Grade der vorhandenen Lebenskraft. Je mehr Lebenskraft vorhanden ist, um so schneller, gleichmäßiger, und in ihrem Gesamtbilde klar und rein wird der Krankheitsprozeß verlaufen. Je schwächer die Lebenskraft, um so langwieriger, schleichender wird der Kampf derselben gegen die Krankheit sich gestalten, um so getrübter und mit mannigfachen Nebenbildern verknüpft, wird der Verlauf derselben sein.

Das ableitende, beruhigende Verfahren wird demnach in zweierlei Hinsicht anzuwenden sein: Bei starkem Kräftevorrat, um ein Überschäumen der Lebenskraft zu verhüten, und bei geringem Kräftevorrat in indirekter Weise, um nämlich in dem Krankheitsprozesse eine Art Stillstand herbeizuführen, währenddessen der Körper Betriebskapital, also Kräftevorrat sammeln muß, um sodann durch das erregende Verfahren auf die Höhe einer Krisis getrieben zu werden. Außerdem kommt aber noch das be-

ruhigende Verfahren in allen jenen Fällen zur Anwendung, wo eine Herabminderung und Ableitung von Schmerzen aller Art angezeigt erscheint, wo ein Kongestivzustand herabgestimmt und das Nervensystem beruhigt werden soll. Alle Maßnahmen dieses Verfahrens werden also durchweg von längerer Dauer sein, um durch diese gleichmäßig anhaltende Einwirkung herabstimmend, besänftigend, reizentziehend auf das erregte Nervensystem zu wirken. Aber die Zeitdauer allein übt hier nicht die Hauptwirkung aus, sondern daneben ist von gleicher Bedeutung die Temperatur der Maßnahmen. Dieselbe wird bei starkem Kräftevorrat kühlere Grade verlangen und auf diese Weise stark wärmeentziehend wirken; bei schwachem Kräftevorrat hingegen warme Temperaturen erheischen, weil diese herabmildern, beruhigen, aber auch einem geschwächten Organismus zugleich kräftesparend unterstützen und fördern. — Es kommen hierbei in Betracht:

1. **Das Schwitzen in nassen Leintüchern**, welches sich hier, nächst den Sitzbädern, in ihrer ganzen Wichtigkeit bewährt. Kein einziges Mittel ist so unvergleichlich wichtig und erfolgreich, den ganzen Verlauf einer akuten Krankheit mit so prompter Sicherheit zu reguliren, heftige Aufregungen niederzuhalten, das Nervensystem zu beruhigen, bei fieberhaften Hautkrankheiten die Thätigkeit der Haut anzuregen und ununterbrochen wach zu erhalten, als diese fortgesetzte Dunstpackung. Ihre auflösende und aussaugende Wirkung läßt sich mit Leichtigkeit durch das Eintauchen und Auswaschen in frischem Wasser nach dem Gebrauche feststellen, welches milchlich, trübe und gefleckt erscheint. Die Anwendung kann bei jeder Körperverfassung (aber in den Temperaturen verschieden!), und in jedem Lebensalter stattfinden und es muß hauptsächlich darauf geachtet werden, daß die Leintücher, die je nach Umständen alle 5—10—15—20 Minuten zu wechseln sind, nicht trocknen, weil in diesem Falle ihre Wirkung erregender Natur sein würde. Ist die erstrebte Wirkung eingetreten, so gebe man ein Bad oder eine Waschung, um einer Verweichlichung oder Abspannung der Haut vorzubeugen und den Innenbetrieb der zirkulierenden Säfte auf mild anregende Weise wieder herzustellen und zu befördern.

2. **Die Halbbäder**, welche bei diesem Verfahren stets nur in milden Temperaturen angewendet werden; die Höhe der Temperatur darf 15 Grad nicht übersteigen, weil sonst ihre Wirkung eine von der beabsichtigten gänzlich verschiedene sein würde. Die Dauer der Bäder richtet sich nach der Heftigkeit der vorhandenen Erscheinungen und kann von einer halben bis zu mehreren Stunden notwendig sein. Während des Bades ist der ganze Körper oder einzelne Teile desselben zu frottieren, und werden auf diese Weise Krampf- und Fieberanfälle, allgemeine hochgradige Schmerzen oder sonstige entzündliche Symptome, welche während der Wasserkur auftreten, in mild herabstimmender Weise beeinflußt. Auch werden sie überall da angewendet, wo die nassen Leintücher ihre abkühlende Wirkung nachlassen, oder wo nach der Anwendung von Schwitzpackungen ableitend und anregend auf die Unterleibsorgane gewirkt werden soll, oder endlich, wo

bei Kongestivzuständen von Brust und Kopf, Fußbäder und Umschläge nicht wünschenswert genug in ihrer ableitenden Wirkung sind.

3. Die **örtlichen Bäder**, und unter diesen besonders die Kopf-, Ellenbogen- und die Fußbäder, welche insgesamt bei Entzündungszuständen der betreffenden Organe in beruhigender Weise, besonders wenn dieselben durch unterdrückte Hautthätigkeit oder durch stockende Blutzirkulation hervorgerufen worden sind.

4. Die **Klystiere**, welche bei Unterleibsleiden und Verdauungsbeschwerden jeder Art vorzüglich ableitenden und beruhigenden Einfluß üben.

5. Die **Umschläge**, die, um beruhigend zu wirken, in ihrer Natur warm sein müssen; sie unterscheiden sich von den kühlenden Umschlägen dadurch, da sie von längerer Dauer als diese angewendet werden, und daß sie indirekt Kräfte gebend sind, während jene Kräfte sparen. Ihr Gebrauch ist, da sie unter Umständen erregend wirken, schwierig und ganz von dem individuellen Befinden des Patienten bedingt. Vorzügliches leisten sie bei nervösen Leiden jeder Art; bei örtlich entzündeten oder leidenden Stellen werden sie als ableitende Maßnahme in der Nähe derselben aufgelegt, während die betreffenden Stellen selbst ebenfalls mit kühlen Umschlägen bedeckt wird. Durch diese doppelte Beeinflussung (zu welcher unter Umständen noch Fuß- und Sitzbäder hinzutreten können) wird der örtliche Heilungsprozeß befördert und doch zugleich in seinem Vollzuge reguliert.

6. Das umstimmende Verfahren

schließt keine einzige der Anwendungsformen des kalten Wassers aus, ist vielmehr eine vollständige Wasserkur im eigentlichen Sinne des Wortes und ist in seinen Veränderungen und einzelnen Anwendungsformen durchaus von dem individuellen, vorliegenden Falle bedingt. Daher es in Privatverhältnissen wenig zur Anwendung gelangt, sondern, weil es die fast ununterbrochene Kontrolle des Arztes erheischt, den Aufenthalt in einer Naturheilanstalt erforderlich macht. Denn Hand in Hand mit den umstimmenden Maßnahmen der Wasserbehandlung müssen solche der Diät und der ganzen übrigen Beeinflussung des physischen und geistigen Organismus einhergehen. Der gesamte Mensch muß unter von seinen bisherigen gänzlich abweichende Lebensbedingungen gestellt werden, und je nach der Art und Weise, wie auf diese Anfragen das Selbstheilvermögen der Natur reagiert, muß dann die Weiterbehandlung stattfinden. So wird allmälig eine umfassende physische Wiedergeburt erzeugt, die um so schneller von Statten geht, je vollständiger und unbedingter, je rückhaltsloser der Patient sich den auf ihn wirkenden Einflüssen hingiebt mit Leib und Seele, je mehr sein geistiger Eigenwille zurücktritt gegen den Willen der Natur in ihm. Bei tiefgewurzelten chronischen Leiden ist denn auch dieses Verfahren, wenn auch langwierig und Geduld erfordernd, so doch von fast unzweifelhaftem und oft wunderbarem Erfolge, sobald überhaupt noch Lebenskraft genug vorhanden war, um eine völlige Regeneration, eine völlige Neubildung erreichen zu können.

Es erübrigen nun noch einige Bemerkungen über zu beobachtende Vorsichtsmaßregeln sowie über auftretende kritische Erscheinungen während der Kur. Vor allem darf nicht vergessen werden, daß, wie schon weiter oben gesagt wurde, das Gelingen der Wasserbehandlung bedingt ist von dem Maße der vorhandenen Lebenskraft, daß das Hauptaugenmerk des behandelnden Arztes immer auf das Ersparen und Zusammenhalten dieser Heils- und Betriebskraft gerichtet und alle anzuwendenden Maßnahmen nach dem reicheren oder ärmeren Bestande derselben regulirt werden müssen. — Es dürfen also nie allgemeine oder theilweise Bäder gegeben werden, wenn der Körper nicht die notwendige Wärme besitzt, um auf dieselben kräftig reagiren zu können. Es darf auch niemals ein und dieselbe Maßnahme in kurzen Zwischenräumen, also zu schnell hinter einander wiederholt werden, wenn nicht die durch die Maßnahme beabsichtigte Einwirkung inzwischen wirklich eingetreten ist. Dieselben Rücksichten sind beim inneren Gebrauch des Wassers zu beachten. Man trinke niemals eher frisches Wasser, als bis das innere Frostgefühl gewichen ist, weil man dasselbe dadurch nur noch erhöhen, und den Kampf der Natur verschärfen würde; man trinke auch beim bestehenden Fieber nicht so viel Wasser, daß man dadurch innerlichen Frost hervorruft und genieße Speisen nicht früher, ehe das innere Behagen dazu drängt und der Körper eine Art allgemeines wohlthätiges Wärmegefühl besitzt. — Nach Anwendung von anstrengenden Maßnahmen, als da sind Schwitzpackungen, Halbbäder und Vollbäder von längerer Dauer, thut man gut, dem Körper bei ruhigem Liegen und mäßig warmer Umhüllung, eine längere Ruhepause von 20—45 Minuten zu gönnen, um ihn dadurch zu weiterem Kampfe vorzubereiten und indirekt zu kräftigen, indem man ihn der Nachwirkung der durchgemachten Strapazen ruhig überläßt. — Ist der Organismus stark genug, um den Kampf gegen die fremden Stoffe in vollem Umfange aufzunehmen, oder werden diese letzteren durch die Behandlung mobil gemacht, so daß sie den Organismus gleichsam zum Kampfe herausfordern, so treten allerlei Erscheinungen auf, welche eine scheinbare Verschlimmerung des Allgemeinzustandes andeuten und deshalb dem Kranken oft Furcht einflößen und ihn betreffs Fortsetzung der Kur wankend machen. Zufälle aller Art wie Fieber, allgemeine Abgeschlagenheit, Frost, Hitze, Schmerzen in den leidenden Theilen treten auf; sie bedeuten aber weiter nichts als den allgemeinen Kriegszustand des Organismus, als die Anstrengung desselben, alles Fremdartige aus seinen Grenzen hinaus zu befördern. Diese scheinbare Verschlimmerung ist also von unserem Standpunkte nur zu begrüßen, denn sie ist doch ein Beweis der Regsamkeit der Natur; während es schwierig ist zu helfen, solange die Natur apathisch und reaktionslos verharrt. Gelingt es dem Organismus, unterstützt durch die Maßnahmen, die Krankheitsstoffe zu besiegen, so entledigt er sich derselben durch Durchfälle, Schweiße, Geschwüre, Schwären, Erbrechen, Ausschläge, durch den Harn oder andere kritische Ausscheidungen, welchen Zustand wir also Krise nennen, im schrofften Gegensatze zur Allopathie, welcher diese Heilungs-

erscheinungen erst die eigentliche Krankheit bedeuten, und welche sie auf alle ihr mögliche Art und Weise zu bekämpfen sucht. Das Widersinnige und Verderbliche dieser Anschauung liegt aus allem vorher Gesagten auf der Hand.

Es giebt viele Krankheiten, darunter besonders die akuten Krankheiten, welche von Anbeginn bis zu ihrem Ende nur eine einzige Kette kritischer Bestrebungen der Lebenskraft bedeuten. So notwendig es nun auch ist, diese kritischen Bestrebungen ihrem Zweck entsprechend zu unterstützen und zu befördern, so verderblich kann eine über das durch die vorhandene Körperkraft gegebene Maaß hinausgehende Förderung werden. Denn unter Umständen hat der Körper *mehr* Krankheitsstoffe in sich aufgespeichert, als er *zur Zeit* zu bewältigen und hinauszubefördern im Stande ist. Daher verschaffe man ihm nur so viel Arbeit, als er zu erledigen vermag; oder man lasse ihm mehr Zeit bei diesem Kampfe, gebe ihm öfter und weniger aufs Mal zu thun, gehe haushälterisch um mit dem zur Zeit bestehenden Können der Naturheilkraft. Während man die kritischen Ausscheidungen durch reichliches Wassertrinken, Schwitzen und Umschläge befördert, vermeide man alle diejenigen Mittel (Douche, Vollbad), welche durch starke Aufregung die Krise zu weit steigern würden. Dieses gelinde hemmende Verfahren führe man fort, bis die Krise überwunden ist und der Körper allmälig wieder Kräfte zum neuen Kampfe gesammelt hat, welchen man durch eingreifende Mittel unterstützt, zur Höhe führt, hier denkend leitet und so fortfährt bis zur gänzlichen Heilung der Krankheit.

Kommt es bei dieser allgemeinen Anregung der Lebensthätigkeit vor, daß früher erkrankt gewesene Organe (z. B. Geschlechtsorgane, Entzündung im Halse, an der Leber, Aufbrechen von Narben ꝛc.) wieder zu leiden beginnen, so muß in solchem Falle die Behandlung darauf gerichtet sein, eine zu starke Reaktion zu mildern und den Blutandrang zu jenen schwachen Teilen durch Ableitung nach anderen Teilen des Körpers zu entlasten. Hat man dies erreicht, so muß bei der Weiterbehandlung die möglichste Schonung jener Organe im Auge behalten werden. Ueberhaupt muß gleich beim Beginne der Kur auf vorhandene schwächere Teile möglichst Rücksicht genommen und mit Umschlägen ableitend verfahren werden, noch ehe eine auffällige Verschlimmerung derselben eintritt.

Endlich kommt es noch vor, daß die kritischen, mit allgemeinem Unwolsein verbundenen Erscheinungen auch ausbleiben oder nur ganz unmerklich durch milde Schweiße und dergleichen sich anzeigen. Dies ist durchaus nicht immer als ungünstiges Zeichen zu betrachten, denn nicht jede Natur reagiert wie die andere und z. B. mäßige Esser dürfen nur auf milde, mäßige Krisen rechnen, ohne daß deshalb die Natur weniger thätig ist. Schließlich muß noch auf die unumgänglich nötige Geduld und Ausdauer hingewiesen werden, die erforderlich ist, um eine sachgemäß eingeleitete und beförderte Kur ersprießlich in ihren Zwecken und förderlich für das Gesamtleben des Organismus zu gestalten. Die Ungeduld der

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Patienten ruft nicht selten eine Aufregung des Nerven- und Gefäßsystems hervor, welche nicht nur lebensgefährliche Zufälle herbeiführen kann, sondern auch im allgemeinen die heilen wollende Lebenskraft unterdrückt und auf diese Weise hemmend überall da eingreift, wo die ruhige Ueberlegung und das naturärztliche Wissen des behandelnden Arztes das Möglichste zur Herbeiführung der Gesundheit zu leisten versucht.

B. **Der diätische Heilapparat.** In dem Abschnitt „Diät" (siehe diesen) sind bereits die vom Standpunkte der Naturheilkunde giltigen allgemeinen Gesetze über den diätetischen Heilapparat angeführt, und es ist dort auch betont worden, daß eine allgemein giltige Krankendiät, also eine Diät, welche als unfehlbar richtig bei bestimmten Krankheiten angewendet werden muß, für das Naturheilverfahren nicht existirt, sondern daß hier wie bei allen anderen Maßnahmen individualisirt, dem körperlichen Instinkte des Betreffenden nachgefolgt werden muß. Und wie viel wird gerade in der Krankennahrung noch von den Angehörigen des Patienten gesündigt! Er verweigert die Annahme von Fleisch, Bouillon und Wein, er verweigert die „kräftigsten" Speisen und wünscht sich nur kühle Getränke, schleimige, milde, vegetarische Kost — zur stillen Verzweiflung seiner Angehörigen. Möge man sich immer vor Augen halten, daß die Natur ganz genau weiß, was sie will, daß sie nicht mehr verlangt, als sie zu bemeistern im Stande ist und daß sie immer nach Demjenigen Verlangen trägt, was für den jeweiligen Krankheitszustand das chemisch Notwendige ist. Darum wird immer bezüglich der Diät eine der ersten Fragen eines echten Naturarztes die sein, ob der Kranke vielleicht nach einer ganz besonderen Speise lebhaften Appetit habe und er wird nach Möglichkeit ihm diese Speise verschaffen lassen. Noch überzeugender und für die praktische Anwendung ersprießlicher werden die erwähnten Ausführungen wirken, wenn wir uns den Unterschied klar machen, welcher zwischen

Nahrungsstoffen und Nahrungsmitteln

besteht. Der chemisch erwiesene, hohe Prozentgehalt an Nahrungsstoff in irgend einer Substanz bietet nämlich noch keineswegs eine sichere Bürgschaft für den hohen praktischen und tatsächlichen Nahrungswert dieses oder jenes Nahrungsmittels. Nach der Art der Belehrung, welche innerhalb der letzten Jahrzehnte dem Laienpublikum betreffs der Ernährungsfrage geboten worden ist, kann es freilich nicht anders sein, als daß man bei Beurteilung eines Stoffes hinsichtlich seines Wertes als Nahrungsmittel sich ausschließlich an die aus der tabellarischen Aufführung der Nährstoffprozente der verschiedenen Substanzen abgeleiteten chemisch gefundenen Nahrungswert hält. Diesen, wenn schon chemisch erwiesenen, jedoch sobald die praktische Ernährungsfrage in's Spiel kommt, immerhin nur theoretischen Nahrungswert der verschiedenen Stoffe nimmt man stillschweigend als den praktischen, tatsächlichen Nahrungswert eines Nahrungsmittels an und dies ist ein arger Trugschluß.

Was sind Nahrungsstoffe? Im engeren Sinne des Wortes sind Nahrungsstoffe zweifellos alle jene Substanzen, welche ihrer chemischen Natur nach, also gemäß ihrer chemisch-elementaren Mischungsbestandteile, gleichartig und gleichwertig mit jenen Stoffen sind, aus denen unser leiblicher Maschinismus aufgebaut ist, oder aber Stoffe, welche derselbe nicht als Bau- oder Konstruktionsmaterialien, wohl aber zu seinem Betriebe notwendig hat, d. h. also zu seiner lebendigen Betätigung (für die Ernährung und Fortpflanzung einerseits und für die Atmung und die Muskel- und Hirntätigkeit andererseits). Es wird jetzt noch alltäglich, nicht allein vom Laienpublikum, sondern auch von vielen Aerzten der große Fehler begangen, daß man den aus der tabellarischen Aufführung der Nährstoffprozente der verschiedenen Stoffe abgelesenen chemisch gefundenen, aber hinsichtlich der praktischen Ernährungsfrage nichtsdestoweniger nur theoretischen Nährwert eines Nahrungsstoffes als gleichbedeutend mit dem praktischen Nahrungswerte eines Nahrungsmittels ansieht. Die Unterscheidungspunkte zwischen Theorie und Praxis, zwischen reiner und angewandter Wissenschaft scheinen uns zutreffend in den beiden Bezeichnungen Nahrungsstoffe und Nahrungsmittel gegeben zu sein.

Die Richtigkeit jener Schlußfolgerung, daß eine nahrstoffreiche Substanz auch ein entsprechend günstiges Nahrungsmittel sei, muß auf das Entschiedenste bestritten werden, um so entschiedener, je zahlreicher und gröber die Fehler, die Unzulänglichkeiten und Unzuträglichkeiten sind, welche hinsichtlich der Ernährung und einer gesundheitsgemäßen, ersprießlichen Diät tagtäglich zu Tage treten. Ein Stoff kann von höchstem Werte für die Ernährung des menschlichen Körpers sein, ohne einen besonders hohen, chemisch gefundenen Nahrungsstoffgehalt zu repräsentieren, und umgekehrt kann ein Stoff die größte Menge eines vorzüglichen, ja des besten Nahrungsstoffes enthalten, ohne deshalb mit zwingender Notwendigkeit ein im entsprechenden Maße vortreffliches Nahrungsmittel zu sein. Einige Beispiele werden uns dies noch klarer machen. — Das Ei ist beispielsweise, wie die chemische Untersuchung beweist, ein Naturprodukt von hohem, absolutem Nährwert, mithin ein vortrefflicher Nahrungsstoff, aber es ist anerkanntermaßen auch eines der vorzüglichsten Nahrungsmittel. Sobald das Ei hart gekocht oder in Butter gesotten wird (Ei auf Butter), so wird es, trotz seines hohen Gehaltes an den für die Ernährung des menschlichen Körpers unerläßlichen Nahrungsstoffen, ein weit weniger gutes Nahrungsmittel sein; ja, für Manche hört es infolge dieser Zubereitungsweise vollständig auf, Nahrungsmittel zu sein, da es in dieser Form für Viele unverdaulich ist, und dennoch hat es von seinem großen Nährstoffgehalte nicht das Mindeste verloren und eine nachträgliche chemische Untersuchung würde denselben Gehalt an Eiweiß und Fett (Eidotter) nachzuweisen vermögen, und es auf Grund einer solchen Untersuchung — aber eben nur theoretisch — immer noch als ein vorzügliches Nahrungsmittel erklären müssen. Es kann nicht

bestritten werden, daß im zweiten Falle die gebräunte Butter dazu beiträgt, die in Butter gesottenen Eier für Manche schwer verdaulich, für Andere wiederum geradezu unverdaulich zu machen, mithin die Eigenschaft von „Eiern auf Butter" als Nahrungsmittel im gegebenen Falle teilweise oder vollständig aufzuheben. Bei den hartgesottenen Eiern ist es dagegen etwas Anderes; denn hier ist kein anderer Stoff (wie im anderen Falle Butter) hinzugefügt worden; die chemischen Bestandteile des Eies sind im Großen und Ganzen ebenso wie ihr Gehalt an Nahrungsstoffen dieselben geblieben, aber es hat sich die physikalische Natur derselben geändert, indem das Ei aus dem flüssigen Zustande in einen festen Aggregatzustand übergeführt worden ist und somit die in dem Ei enthaltenen Nahrungsstoffe in derselben reichlichen Menge enthalten sind, aber hinsichtlich ihrer Vortrefflichkeit und leichten Einverleibbarkeit als Nahrungsmittel mehr oder weniger Einbuße erlitten haben.

Ein frischer Fisch und ein geräucherter Fisch, wie überhaupt frisches Fleisch und geräuchertes Fleisch sind in chemischer Beziehung wenig, in diätetischer Beziehung dagegen wesentlich verschieden. Das geräucherte Fleisch hat nämlich durch den Räucherungsprozeß oder auch nur durch einfache Austrocknung (gedörrtes Fleisch) viel an seinem Wassergehalte verloren; da dieses den Geweben entzogene Wasser aber kein chemischer Bestandteil ist, sondern nur einen physikalischen Bestandteil des Fleisches bildet, so kann auch das Fleisch infolge des Räucherungsprozesses für Viele weit leichter verdaulich, für Viele ganz unverdaulich werden. — So liegt, um noch ein drittes Beispiel anzuführen, in der Milch ein Stoff vor, welcher reich ist an vorzüglichen Nahrungsbestandteilen, also in chemischem Sinne an Nahrungsstoffen, aber auch diätetisch anerkannt ist als ein sehr vorzügliches Nahrungsmittel. Letzteres ist sie jedoch nicht für alle Lebensalter und ebensowenig für alle Menschen, da die unendlichen Besonderheiten und Eigentümlichkeiten der einzelnen Menschen hierbei zur augenfälligen Geltung kommen. Ueberdies ist ja die Milch ebenfalls nicht eine konstante, sich gleichbleibende Größe, nicht eine Flüssigkeit von ein und derselben sich vollständig gleichbleibenden, chemischen Zusammensetzung, sondern dieselbe ist in ihrer chemischen Zusammensetzung und in ihrer sonstigen uns noch keineswegs hinreichend bekannten Wesenheit individueller Natur, denn die Milch ist nichts anderes als ein verflüssigter Organismus. Für den Säugling ist die Muttermilch das beste, weil naturgemäßeste Nahrungsmittel, aber in anderen Lebensaltern ist die Milch, obschon sie reich an verschiedenen und zugleich vortrefflichen Nahrungsstoffen ist, keineswegs ein im gleichen Maße vortreffliches Nahrungsmittel, da sie bisweilen schlecht oder gar nicht vertragen wird. Der letztere Umstand, — das Ungeeignetsein als Nahrungsmittel — wird sogar fast ausnahmslos noch dadurch erhöht, daß die Milch an den betreffenden Nahrungsstoffen prozentisch zunimmt, daß dieselbe, obschon nahrungsstoffreicher, z. B. reicher an Fettbestandteilen ist, (Milch von altmilchenden Kühen oder sehr butterreiche Milch,

wie sie infolge von sehr reichlicher und fettbildender Nahrung erzeugt wird), solche Milch doch noch keineswegs dadurch auch ein absolut besseres Nahrungsmittel für alle Menschen und unter allen Umständen wird. — Und wie es sich hier mit der Milch verhält, so verhält es sich noch mit vielen anderen Stoffen; es erscheinen dieselben wohl nach rein theoretischer Ansicht (weil sie nahrungsstoffreich sind) auch zugleich als sehr nahrhaft und deshalb auch vortrefflich als Nahrungsmittel. Und dennoch sind sie es in der praktischen Wirklichkeit nicht, oder doch nicht in dem Maße, als es der chemisch gefundene Gehalt an Nahrungsstoff erwarten läßt. — So sind auch sämtliche Hülsenfrüchte außerordentlich reich an Nahrungsstoffen, sie erscheinen daher vom rein chemischen Standpunkte aus auch als ganz vorzügliche Nahrungsmittel. Für viele Menschen sind sie es auch zweifellos, aber keineswegs sind sie es für alle Menschen in dem Maße, als man es nach den in den chemischen Tabellen aufgestellten Bezifferungen des Nahrungsstoffgehaltes gegebenen Empfehlungen der Wissenschaft billig erwarten darf, denn eine nicht geringe Zahl Menschen vermögen Hülsenfrüchte nur sehr schwer oder aber unter lebhaften Beschwerden zu verdauen. Aus diesen mehr angedeuteten als weiter ausgeführten Tatsachen und Erfahrungen ergiebt sich, warum Gemüse, bei denen die vegetabilischen Zellenhüllen in der Mehrzahl der Fälle noch nicht gestört sind, wie es beispielsweise beim Getreide durch den Mahlprozeß geschieht, bei vielen Menschen Verdauungsbeschwerden oder Abweichen verursachen, warum ferner ein nicht unbeträchtlicher Teil pflanzlicher Nahrung unverwertet aus dem Körper ausgeschieden wird, warum gutes und sorgfältiges Kauen verschiedene Gemüsesorten leichter verdaulich macht. Aus dem letzteren Grunde ist denn auch das Kauen bei allen vegetabilischen Nahrungsstoffen ein wichtiger Vorakt der Verdauung. Aus demselben Grunde verlangen aber auch die Gemüse in erster Linie eine richtige sachgemäße Zubereitung, um sie aus vorzüglichen Nahrungsstoffen zu einem der besten Nahrungsmittel in Krankheitsfällen zu machen. Denn die Nutzanwendung und Ersprießlichkeit eines einzuführenden Nährstoffes für den Haushalt des menschlichen Organismus hängt hauptsächlich ab von dem Grade der leichten Verdaulichkeit der eingeführten Stoffe. Und auf welche Art diese leichte Verdauung erzielt werden kann, das zu wissen ist Sache unserer Hausfrauen — oder sollte es wenigstens sein. Die leichte Verdaulichkeit, ferner die Verdauungskraft und Verdauungsenergie der betreffenden Organe sind die vermittelnden Faktoren; denn zwischen der Einführung der Nahrungsstoffe in den Magen und dem Akte der tatsächlichen Einverleibung, der Umwandlung in Fleisch und Blut, also der ökonomischen Verwertung, wodurch die Nahrungsstoffe zu Nahrungsmitteln, zu Lebensmitteln werden, dazwischen liegt noch viel, nämlich die gesamte Verdauungsarbeit und Assimilationsfähigkeit (Aufsaugungsfähigkeit) der Verdauungsorgane, durch welche die Naturrohstoffe, die Nährstoffe, zu tatsächlichen Nährwerten gemacht werden.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

1. Die entzündungswidrige Diät,

also die am meisten in Anwendung kommende Diät bei fieberhaften Zuständen, haben wir teils in den einzelnen Artikeln, teils in dem Abschnitte „Diät" angegeben.

2. Die erregende Diät

kommt überall da in Betracht, wo auch das erregende Wasserheilverfahren sich notwendig macht, wo also schlummernde Kräfte im Organismus wachgerufen und in Tätigkeit versetzt werden sollen. Die erregende Diät, welche in erster Linie immer die Herztätigkeit erhöht, muß jedoch mit großer Vorsicht angewendet werden und selbstredend bei vorhandener Schwäche des Herzens vollständig in Wegfall kommen. Der Begriff „erregend" läßt sich überhaupt nicht genau fassen, sondern ist ganz individuell; denn wenn der eine Patient unter Umständen erst bei einem Glase Glühwein die zum Heilverfahren wünschenswerte Erregung auch durch die Diät erhält, wird ein anderer Kranker schon durch eine Tasse Cacao oder durch rohe Eier erregend beeinflußt. Die Verordnung einer erregenden Diät unterbleibt von einem Laien am besten ganz, denn sie hat genaue chemisch-physikalische Kenntnisse der Wirkungen der Nahrungsmittel zur notwendigen Voraussetzung.

3. Die stärkende Diät

ist stets diejenige, welche — sobald überhaupt das stärkende Verfahren angezeigt erscheint, — von dem betreffenden Organismus am leichtesten und vollständigsten als Nahrungsmittel verwertet wird. Vorschriften in dieser Beziehung sind deshalb absolut unmöglich. Was wir in dem voraufgegangenen Abschnitt über Nahrungsstoffe und Nahrungsmittel gesagt, kommt bei der stärkenden Diät in vollem Umfange zur Geltung. Daraus folgt von selbst, daß eine Tasse Fleischbrühe keine Stärkung für den Patienten bedeutet, (obgleich das Fettgehalt und unter Umständen auch ein beigemischtes rohes Ei), wenn die Herztätigkeit durch dieselbe mehr angestrengt wird, als es für den vorliegenden Zustand ersprießlich ist; daß sie aber z. B. bei phlegmatischen Naturen mit vorhandener, nur in ihrer Energie schlummernden Naturkraft in Verbindung mit den stärkenden Maßnahmen der Wasserkur indirekt zur Stärkung beitragen kann, indem sie anregend zur Aufnahme weiterer Nahrungsmittel wirkt. Eine Portion warmer Rinderbraten kann, statt zu „stärken", die Heilung des Patienten vollständig in Frage stellen, indem er die heftigsten Magenbeschwerden hervorruft, das Herz heftig erregt und somit den ganzen Heilungsprozeß in unheilvollster Weise unterbricht; aber einige Scheiben kalter Braten, ohne Sauce, fein gewiegt mit etwas altbackenem Brot und frischer, süßer Butter, oder in Verbindung mit etwas geschälter saurer, nur ausgesaugter Gurke genossen — kann wesentlich zur Hebung der Körperkräfte beitragen, sofern dieselben eben überhaupt schon die Höhe erreicht haben, um das Genannte verdauen zu können. Es kommt bei allen diesen stärkenden Verordnungen immer auf das Wie an. Deshalb muß der Arzt zugleich auch Koch sein können. Je mehr

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

die Körperkräfte abgenommen haben, je durchgreifender wir dem Organismus einen neuen Blutstrom zuführen wollen, um so mehr tritt der Vegetarismus in seine Rechte und entfaltet seine segensreichen Wirkungen. Hebt sich der allgemeine Kräftezustand, und ist der Patient durch seine ganze Veranlagung (z. B. bei vorhandenem sehr kleinen Magen) nicht fähig, dauernd vollständig vegetarisch leben zu können, können also die vorzüglichen vegetabilischen Nahrungsstoffe für seine Individualität nicht zu ebenso vorzüglichen Nahrungsmitteln umgestaltet werden, so kommen als überleitende Speisen zuerst kalte, magere Fleischspeisen in Betracht, in Verbindung mit Milchsäure enthaltenden Verdauungshelfern, also saurer Gurke und (auszusaugendem) Sauerkraut. Weiterhin Fische, Geflügel, Wildpret und vom Kalb die Leber, Lunge, das Herz und das Hirn. — Der Vegetarismus, so eminent wertvoll er für die Heilkunde ist, soll und darf — wie jede andere Maßnahme der Naturheilkunde — niemals zur völlig einseitigen, nicht individuell durchdachten, also schablonenhaften Anwendungsform gemacht werden. Endlich

4. **die umstimmende Diät**

ist genau nach ihrem Wortlaut eine solche Diät, welche die gesamte bisherige Stimmung des Organismus umzustimmen im Stande ist. Hier nun feiert der Vegetarismus seine größten Triumphe, denn keine andere Nährweise ist wie diese geeignet, bei der voraufgegangenen vorwiegenden Fleischkost der Jetztmenschen das ganze organische Leben im menschlichen Körper so tief, so einheitlich und neu bildend zu beeinflussen. Bei vielen, besonders den chronischen Leiden bildet sie fast den einzigen in Betracht kommenden Heilfaktor.

Die umstimmende Diät kann aber auch gerade in der Verordnung von einfacher und zusagender Fleischkost bestehen, wenn der Körper durch eine völlig einseitig, unter Umständen fast vernunftwidrig und deshalb auch nicht naturgemäß ausgeübte völlig vegetarische Diät in seinem allgemeinen Ernährungszustande herabgedrückt und funktionsuntüchtig geworden ist. Besonders wird dies beim geistigen Leben offenbar. Bei Anwendung eines einseitigen, dem **Individuum** nicht zusagenden Vegetarismus tritt mit der Zeit Gedächtnisschwäche, ermangelnde geistige Frische, abnehmende Energie und Einseitigkeit der Denkweise charakteristisch hervor; und ist in diesen Fällen ein Wechsel der Kost, der wiederum nicht plötzlich, sondern in allmäligem Uebergange stattfinden muß, erste Heilbedingung.

Drittens kann die umstimmende Diät in einer äußerst strengen Entziehungskur bestehen, die in vielen Fällen ohne äußere Verordnung instinktmäßig der Körper sich selbst verordnet. Diese strenge Diät in Form einer Entziehungs- oder Hungerkur verordnet beispielsweise der uns eingeborene hochintelligente Leibarzt, um dem in seinen Kräften erschöpften Magen einen Ruhepunkt zur Erholung zu gewähren, diesem Aermsten, der von seinem Eigentümer so oft und so schwer mißhandelt wird und beständig gegen die ihm zugefügten Beleidigungen und Schädigungen anzukämpfen und mit den Folgen von schwer verdaulichen, von zu heißen oder zu

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

kalten, von zu stark gewürzten, zu schlecht gekauten oder im Uebermaße oder mit Ueberhastung oder zur Unzeit genossenen Speisen zu ringen hat. So wird der Hunger in den unzähligen Fällen dieser Art von Gesundheitsstörungen zu einem mächtigen und erfolgsicheren Heilmittel.

C. **Der mechanische Heilapparat.** Hierher gehört die Massage, die Heilgymnastik, das Turnen, Schwimmen und die zahlreichen anderweitigen Bethätigungen der Muskeln. Ueber die Massage haben wir uns schon hinreichend in dem betreffenden Kapitel ausgesprochen. Die Heilgymnastik ist ein teilweiser Ersatz der Körperbewegung und der Massage und beschäftigt sich teils damit, den ganzen Körper zu entwickeln und zu kräftigen, teils bei Krankheiten und Gebrechen auf einzelne Teile einzuwirken; dies geschieht durch die gewöhnlichen sogenannten Grundbewegungen, durch Turn- und Freiübungen und durch passive Bewegungen. Welche Fülle von Siechtum und Gebrechen wird von dem Augenblick hinweggenommen werden, wenn sich in jeder Gemeinde derartige Anstalten, wie wir sie bis jetzt nur in großen Städten als Privatanstalten antreffen, als gesonderte Anstalten für Knaben und Mädchen finden werden. Anstalten, in welchen schon vom fünften Jahre an mit einfachen Muskelübungen (z. B. mit dem sogen. Stock- oder Stabturnen) begonnen wird.

Eine vielseitige und dabei sehr gesunde Leibesübung ist das Tanzen (vorausgesetzt, daß es in gut gelüfteten geräumigen Sälen stattfindet), denn dasselbe fördert, in richtigem Maße und unter entsprechenden Verhältnissen, nicht allein die Muskelkraft, sondern auch die Gewandtheit und Anmut, und wirkt erheiternd auf den Geist und fördernd auf die Geselligkeit. — Ebenso gehören das Schlittschuhlaufen und das Schwimmen zu den besten Leibesübungen und es bleibt der Zukunft vorbehalten, ebenso viele Turnplätze auf dem Wasser wie auf dem Lande zu haben. Besonders das Schwimmen ist eine ganz universelle Muskelübung; denn keine andere gymnastische Uebung betätigt im gleichen Maße wie das Schwimmen sämtliche Muskeln und insonderheit die Muskulatur des Rückens, der Schultern und der Lenden, ebenso wie die Brust und die Lungen, ohne diese zu erhitzen, wozu noch überdies die günstige Einwirkung des kalten Bades kommt. Trotz aller Muskelanstrengung findet nämlich weder ein Erhitzen des Körpers, noch ein Verlust durch Wasserverdunstung oder Schweiß statt. Das Schwimmen ist ein vorzügliches Heilmittel zur Stärkung für Junge, Schwächliche, Nervöse und Erschöpfte, für Kinder, welche zu Skropheln, zur englischen Krankheit und zu Rückgratsverkrümmungen geneigt sind. — In allen diesen Arten von Leibesübungen liegt aber auch zugleich ein heilsames Gegengewicht gegen übermäßige oder einseitige geistige Beschäftigung, welche die Kinder mehr oder weniger der freien Bewegung entzieht und zahlreichen Schädlichkeiten aussetzt, da sowohl übertriebenes Lernen wie auch einseitige Anstrengung des Geistes stets das harmonische Gleichgewicht zwischen Geist und Körper stört und insonderheit die Muskelkraft schwächt. Umgekehrt wirkt eine mangelhafte Bethätigung der Bewegungsorgane krankhaft auf die

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Empfindungsorgane zurück. Wir sehen zur Zeit fast überall unter den zivilisierten Nationen die Empfindlichkeit (Sensibilität) und die Intelligenz (Verstandeskräfte) auf Kosten der Muskel- und Willenskraft gesteigert. Selbst schon bei zarten Kindern bemerken wir eine Anzahl überfein, also krankhaft fein empfindender, aber im Uebrigen allen Eindrücken schwächlich entgegenwirkender (reagierender) Individuen, von denen jede Berührung der Außenwelt in körperlicher und geistiger Hinsicht als ein feindseliger, krankmachender Reiz empfunden wird und sich als Erkältbarkeit, schwacher Magen und in dem Nichtertragenkönnen von tausend Dingen kund giebt.

D. Sonstige Heilmittel des Naturheilverfahrens.

Luft, Licht, Wärme, Nahrung, Wohnung, Kleidung, Bewegung und Ruhe, elektrische Einflüsse, von welchen der Mensch rings umgeben ist, — das sind die mächtigen, wechselseitig auf einander wirkenden Medien, auf welche er mit seiner gesamten Existenz angewiesen ist und welche das Naturheilverfahren demgemäß auch als Heilfaktoren benutzt. — In erster Linie hat bei der Mitwirkung der Außenwelt auf die kunstvolle und verwickelte Mechanik unserer Lebensmaschine die atmosphärische Luft einen außerordentlich wichtigen Anteil. Sie ist nicht nur an sich eine der wichtigsten Existenzbedingungen für den menschlichen Organismus, sondern sie bildet auch ein mächtiges Heilmittel für den erkrankten menschlichen Körper; durch ihren Sauerstoffgehalt wirkt die Luft sowohl anregend als auch unterhaltend auf die wirtschaftliche wie auch auf die funktionelle Thätigkeit unseres Körpers; sie bildet somit nicht blos den Lebenswecker sondern auch den Lebenserhalter, die große treibende Kraft in dem gesamten organischen Getriebe des Stoffwechsels. Die Luft ist mithin in der That der in die Nase des Menschen eingehauchte Lebensodem; denn, indem wir die Luft einatmen, nehmen wir das in jedem Dinge und überall befindliche „göttliche Prinzip" in uns auf. Mit jedem Atemzuge dringt ein Teil der das All durchflutenden, beseelenden und belebenden Weltseele in unsere Lunge ein, um von hier aus in den Blutstrom überzutreten und in demselben durch die zahlreichen Bahnen und Korridore des Blutgefäßsystems bis in die entlegensten Provinzen und Bezirke des menschlichen Organismus Leben zu verbreiten. Es existiert keine einzige Drogue und kein einziges Mixtum compositum der Apotheke, welches jeden Teil unseres Körpers vom zartesten Gebilde bis zu den kraftvollen und umfangreichen unteren Gliedmaßen, welche bekanntlich ausschließlich durch den Luftdruck im Hüftgelenkt erhalten und getragen werden, wie gesagt: kein einziges medikamentöses „Heil"mittel existiert, welches jedes Atom unseres Körpers so schnell, so sicher und so tiefgehend chemisch und physikalisch zu beeinflussen vermöchte wie die Luft.

Nicht minder übt das Licht, welches die Atmosphäre durchflutet, einen mächtigen Einfluß auf den Menschen, und zwar nicht allein auf die Sehorgane, sondern auch auf die ganze Körperoberfläche. Weiterhin wird das ganze Nervensystem, der Kreislauf, die Ausdünstung und selbst die chemischen Prozesse der Verbrennung (Oxydation) und der Verähn-

lichung und Umwandlung in Fleisch und Blut (Assimilation) und überhaupt die gesamte molekulare Bewegung (Bewegung der kleinsten, stofflichen Bestandteile) in unserem Körper davon beeinflußt. Denn die Wirkung der Sonnenstrahlen ist eine fünffache, nämlich eine erleuchtende, eine erwärmende, eine elektrische, eine magnetische und eine chemische. So ist die Sonne nicht allein das mächtigste, sondern auch das wohlthätigste Gestirn; denn in ihren Strahlen fließt ein unermeßlicher Vorrat von Kraft zur Erde nieder, der auch unserem körperlichen Haushalte bis in seine kleinsten Teile nachgewiesener Maßen zu Gute kommt. Das Licht ist nicht blos ein Heilmittel für die wirtschaftlichen Prozesse des Stoffwechsels in unserem Körper, sondern es ist auch ein gesundheitsförderndes und heilendes Medium für die werkthätigen (funktionellen) Verrichtungen der großen Nervenzentren, für die Thätigkeit des Gehirns, für die sogenannte geistige Thätigkeit; das Licht ist also auch ein Heilmittel des Geistes, eine Seelenmedizin.

Die Wärme ist die Hauptquelle aller Bewegung und alles Lebens; und da nur bei einer bestimmten Temperatur, mit anderen Worten bei einem bestimmten Maß von Wärme, oder was dasselbe ist, der Bewegung der kleinsten Stoffteilchen, — jene Substanz, die Nervensubstanz, funktionsfähig ist, so ist sie auch die Grundbedingung und die Quelle der Empfindung und der Intelligenz; denn eben die Bethätigungsweise der Nervensubstanz nennen wir Geist und Seele. Je mehr sich nun aber jene Medien in ihrer Beschaffenheit und in ihrer verfeinerten Bethätigungs- und Offenbarungsweise der Bethätigungsweise unseres Geistes, also der Funktionsweise unserer Nervensubstanz nähern, desto geeignetere Agentien stellen sie dar, um die unseren Körper lenkende und leitende beherrschende und regierende Nervensubstanz zu beeindrucken und zu beeinflussen. Da also durch diese energischen und allgegenwärtigen Medien, welche — wie wir sehen, — das „göttliche Prinzip", die das Universum durchflutende lebendige Kraft in der verschiedenartigsten Erscheinungs- und Offenbarungsform (als Licht, Wärme, Elektrizität und Magnetismus) in unseren Körper eindringen lassen, um ihn zu beleben und zu bethätigen, so müssen dieselben auch die besten Vehikel, die besten Werkzeuge und Hilfsmittel darstellen, um die Harmonie in allen Lebensthätigkeiten unseres Körpers, also die Gesundheit zu erhalten und die verloren gegangene Harmonie, also die Krankheiten zu heilen. — Die Wärme, selbst ein Zustand, ist aber in ihren verschiedenen hohen oder niedrigen (kühlen) Temperaturen oder Zustandsformen ganz besonders geeignet, Krankheiten, also die veränderten, nicht regelrechten und nicht naturgemäßen Zustandsformen in dem Sein und in der Bethätigungsweise unseres Organismus zu verändern, umzustimmen, und in ein harmonisches Sein und in eine gesunde Bethätigungsweise unseres Körpers umzuwandeln, da sie ihn von allen Seiten her und vollständig zu durchdringen im Stande ist. Mit Hilfe dieses machtvollen und wunderbaren Medikamentes vermögen wir nicht blos jedes fieberglühende Blutkörperchen heilsam abzukühlen, jede Ganglien-

zelle des Hirns, jede Faser sämtlicher Gewebe und Organe zu beeinflussen, sondern überhaupt jedes verkühlte Atom unseres Körpers zu erwärmen, jedes überhitzte Atom unseres Körpers abzukühlen, und auf diese Weise sämtliche kleinsten zusammensetzenden Stoffteilchen unseres Körpers, also diesen selbst in seinen regelrechten und gesundheitsgemäßen Zustand zurückzuführen.

Indem wir auch die Kälte als ein besonderes Medikament der Naturheilkunde aufführen, tragen wir einesteils dem gewöhnlichen Sprachgebrauche Rechnung, welcher zwischen Wärme und Kälte wie zwischen zwei auch ihrem Wesen nach vollständig entgegengesetzten Zuständen unterscheidet, während es sich in Wirklichkeit ja doch nur um verschiedene Grade eines und desselben Zustandes handelt, dessen verschiedene Abstufungen wir als hohe (heiße), mittlere (warme) und niedere (kalte) Temperaturen zu bezeichnen pflegen, den Zustand selbst aber bei mittleren Graden als Wärme, bei höheren Graden als Hitze, und bei niederen Graden seines Bestandes als Kälte bezeichnen. Die eingehende Besprechung der vielseitigen und mächtigen Wirkungen dieses Heilmittels, dessen Heilaffekt sich in erster Linie unter dem Namen Kühlung zusammenfassen läßt, haben wir bereits bei dem Kapitel: Wasserheilverfahren gegeben. Das Wasser bildet bei allen dort angeführten Maßnahmen immer nur das Vehikel oder den Träger jener niederen Temperaturen, mag dasselbe nun dem Organismus nur in Form von kühlendem Getränk einverleibt werden, oder äußerlich als kühles Bad, als kalter Umschlag und dergleichen mehr zur Anwendung kommen. Alle diese Maßnahmen nun, bei denen das Wasser als Träger niedriger Temperaturen dient, zielen ab, die Wärmeüberschüsse, deren sich der Körper aus eigener Kraft nicht oder aber nur mit bedeutendem Kraftaufwande zu entledigen vermag, aus dem Körper zu schaffen, oder vielmehr durch Kühlung zu neutralisieren, also auszugleichen, auf diese Weise wenigstens eine Ermäßigung fieberhafter Bluttemperaturen, deren übermäßige Höhe oder Andauer schließlich zu einer schleppenden oder unvollständigen Genesung, oder aber zu einem tötlichen Ausgang führt. — Von der allopathischen „Heilmethode" weiß das kranke und leidende Publikum weder, was hilft, noch — wenn ja einmal etwas hilft — warum und wie es hilft, während die naturgemäße Heilweise von dem Kaltwasserheilverfahren nicht nur weiß, daß es hilft, laut der glänzenden Zeugnisse der Genesungsstatistik, sondern auch warum es hilft, vermöge des hinter der praktischen Erfahrungsweisheit einherhinkenden Nachweises.

Auch der Durst ist ein Heilmittel der Naturheilmethode. Wenn wir erfahren, daß der menschliche Körper durch die Nieren, durch den Darmkanal, durch die Haut und durch die Lungen täglich 3—4 Kilogramm oder Liter, also $^1/_{17}$—$^1/_{14}$ seines gesamten Körpergewichtes verliert, so können wir daraus ermessen, welche umfangreiche Rolle die Flüssigkeiten in der Oekonomie unseres Körpers spielen und daß demgemäß auch die zeitweilige, vollständige oder teilweise Entziehung alles Getränkes und

aller mehr oder weniger wasserhaltigen Nahrung einen entsprechenden Einfluß auf den Organismus ausüben muß. Obschon nun die Heilkräftigkeit der Durstkuren abgesehen von den, mit ihr verbundenen, mehr oder weniger großen Qualen vielfach übertrieben worden ist, so kann doch gewissen Krankheiten gegenüber, z. B. bei veralteten Magen- und Leberleiden ferner bei Fettsucht, Gicht, Syphilis und bei hartnäckigen Leiden der Harn- und Geschlechtsorgane ein nennenswerter Erfolg der Trocken- oder Semmelkur, die auch unter dem Namen der *Arabischen* Kur bekannt ist, nicht abgeleugnet werden.

Wie einerseits Bewegung, also die Bethätigung der Muskulatur, ein unentbehrliches Gesundheitsmittel und in vielen Fällen auch ein mächtiges Heilmittel ist, so ist andererseits die *Ruhe*, und zwar wie natürlich nicht blos die der Muskeln sondern auch die des Nervensystems, eine wichtige Gesundheits- und Heilbedingung, ja sogar eine Lebensbedingung. Das Bedürfnis nach Ruhe macht sich nach anhaltender oder nach anstrengender, körperlicher oder geistiger Bethätigung von selbst und unabweislich als ein Gefühl von Mattigkeit, von Abspannung oder von Schläfrigkeit geltend, und nur durch Ruhe oder Schlaf ist eine völlige Erholung möglich. Völlige Unthätigkeit der Muskeln ist auch zugleich völlige Ruhe und Erholung für dieselben; indem man nun aber fast allgemein annimmt, daß dies auch für jene Werkzeuge, welche sogenannte geistige Arbeit verrichten, also für das Nervensystem gilt, irrt man, und indem man dieser Annahme entsprechend handelt, wird zu einer großen Anzahl von Gesundheitsstörungen der Grund gelegt. Für das Nervensystem ist der Schlaf der eigentliche Zustand der Ruhe und Erholung, aber auch dieser ist es nicht immer, denn das Gehirn arbeitet in vielen Fällen auch im Schlafe noch fort in Form eines Traumlebens. Die beste Ruhe und Erholung besonders für das Nervensystem bildet außer dem Schlafe eine wohlberechnete Abwechslung zwischen Arbeit und anstrengender Beschäftigung einerseits und angenehmen, erfrischenden und erquickenden Eindrücken und Genüssen andererseits; die verschiedenen einzelnen Zustände der Abwechslung, deren der Körper und Geist zu seinem Wohlbefinden und zur Erhaltung seiner Arbeitskraft und Gesundheit bedarf, müssen selbstredend, je nach dem Kräftezustande des Einzelnen, nach Klima und Jahreszeit, verschiedener Art sein. Wie der Gaumen und der Magen Abwechslung in der Nahrung verlangen, so verlangt beispielsweise die Muskulatur, besonders bei anstrengender oder durch Einförmigkeit ermüdender Arbeit ganz *instinktiv* eine anderweitige, leichtere, angenehmere oder doch weniger einförmige Beschäftigung. — Eine der schwierigsten, ärztlichen Aufgaben ist es dann, zu entscheiden, in welcher Form die Ruhe als Heilmittel angewendet werden muß, also welche Art von Beschäftigung dem Alter, den Lebensgewohnheiten, dem Temperament und der Art des Leidens am besten entspricht, um gewissen körperlichen und geistigen Bezirken die behufs der Heilung erforderliche Ruhe und Erholung zu verschaffen. Denn bald sind es Genüsse und Freuden rein sinnlicher Art, z. B. die Freuden der Tafel,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. *arzneilosen* Heilkunde.

bald höhere, geistige Genüsse wie Musik und das Anschauen der Werke der bildenden Künste, Theater, Lektüre u. s. w., bald Zerstreuungen gemischter Art wie Tanz, Spiel, Genuß der freien Natur, Jagd, Gartenarbeit und dergleichen, welche machtvolle Heilwirkungen zu vermitteln im Stande sind, indem sie bestimmte Bezirke des Geistes und des Gemütes anregen und beschäftigen, dadurch aber zugleich auch anderen überarbeiteten oder krankhaft geschwächten Bezirken Ruhe und Erholung gewähren. Durch solche oder ähnliche Genüsse, welche der Persönlichkeit des Leidenden oder Kranken, oder den sonstigen Verhältnissen entsprechen und die am wenigsten dazu angethan sind, Geist und Sitten zu schädigen und den Sinn und die Empfänglichkeit für dieselben durch Mißbrauch abzustumpfen, abwechselnd mit sachgemäßer Thätigkeit, werden nicht blos Triebe und Leidenschaften, sondern auch mancherlei Krankheiten und Krankheitsanlagen in zauberhafter Weise geheilt und unheilbare Leiden wesentlich gebessert und erträglich gemacht. Ganz besonders gilt dies bei Leiden der geschlechtlichen Sphäre. Eine gewisse Summe heiterer Gefühle und Eindrücke wirkt nicht blos erheiternd sondern selbst lebenverlängernd. Die geistige Auffrischung ist um so notwendiger, da Ueberarbeitung immer weit gefährlicher ist als zu wenig Beschäftigung.

Ferner ist der Einfluß der Wohnung auf unser Wohlbefinden und auf unsere Gesundheit, ja auf unser gesamtes leibliches, geistiges, sittliches und soziales Leben ebenso mächtig als kompliziert; er ist nicht nur geeignet, gesundheitsfördernd und gesundheitserhaltend zu wirken, sondern unter Umständen auch ein Mittel abzugeben, um gewisse Krankheiten zu heilen, also die durch mangelhafte und schlechte Wohnung erschütterte Gesundheit wieder zu befestigen. Außer der chemischen Zusammensetzung und der Reinheit, also des Nichtverunreinigtseins der Luft mit Staub, Rauch und dergleichen, kommt die natürliche oder aber die künstliche Temperatur derselben in Betracht, ferner ihr Gehalt an Wasserdampf (ihre Feuchtigkeit), ihr Erleuchtetsein durch Sonnenlicht oder durch künstliches Licht, und eine nicht minder große Rolle spielt die Heizung, die Verdunstungsstoffe und das Verhältnis der Wohnräume zur Anzahl ihrer Bewohner. Außer der Mischung, also außer dem Verhältnisse erforderlichen Bestandteile der Luft (Stickstoff und Sauerstoff) und den schädlichen gasigen Beimengungen (besonders der Kohlensäure, deren Gehalt nicht mehr wie 5 Teile auf 1000 Teile Luft betragen soll) ist auch ihr leichtes Bewegtsein von großer Bedeutung, da in leichtbewegter Luft das Atmen ergiebiger und infolge hievon das Gefühl des Wohlbefindens größer ist und zumal Empfindliche, Nervöse, Herz- und Lungenkranke sich in ganz unbewegter Luft beengt und unbehaglich fühlen. Die Wohnung ist ebenso wichtig als die Nahrung, und in einem Raume, wo 5—10 Menschen gesund und frisch bleiben, können 10—20 Menschen schon mehr oder weniger zu leiden haben und infolge der zu reichlich angehäuften schädlichen Ausatmungs- und Ausdünstungsprodukte ihrer Bewohner sogar erkranken. Die Luft seiner Wohnung nicht genügend oft und nicht hinreichend

erneuern, heißt also: Im eigenen und fremden ausgeatmeten und ausgedünsteten Unrate leben, und das, was man bereits einmal genossen und als luft- oder gasförmiges Exkrement wieder ausgeschieden hat, ein zweites Mal sich einverleiben.

Die Kleidung rechnen wir ebenfalls zu den Heilmitteln, deren zahlreiche und mannichfaltige Wirkungen sowohl Krankheiten zu verhüten als auch krankhafte Störungen der harmonischen Bethätigung unseres Organismus wieder auszugleichen. Die Auswahl und die Zusammenstellung der verschiedenen Bekleidungsstoffe harmoniert aber in vielen Fällen noch viel zu wenig mit den Erfordernissen der Gesundheit, da die Art und die Beschaffenheit des Stoffes, und die sich hieraus ergebenden Beziehungen und Wechselwirkungen zu und mit den mächtigen wirksamen Agentien der Wärme, des Lichtes und der Elektrizität und des Magnetismus noch viel zu wenig Beachtung finden und wissenschaftlicherseits noch so gut wie gar nicht erforscht sind. Da die einzige und letzte Quelle der Blut- und Körperwärme, für deren gesundheits- und lebenswichtige Erhaltung die Kleidung das beste Schutzmittel ist, in der Nahrung, welche wir zu uns nehmen, gegeben ist, so bildet umgekehrt eine zweckmäßige und ausreichende Kleidung eine außerordentliche Ersparnis an Nahrung; denn bei einem unthätigen Leben und bei einer wenig anstrengenden, körperlichen und geistigen Beschäftigung wird der größte Teil der einverleibten festen oder flüssigen Nahrungsmittel lediglich dazu verwandt, die erforderliche Körperwärme zu erzeugen. Warme Kleidung ist daher nicht blos für den Hungrigen, für den Schlechtgenährten, sondern überhaupt für alle Diejenigen am schwersten zu entbehren, welche nicht die Mittel besitzen, sich dergleichen anzuschaffen; denn sich tagtäglich überwiegend durch Nahrung diejenige Körperwärme zuzuführen, welche durch eine leichte, oder überhaupt durch unzulängliche Kleidung dem Körper unnötigerweise verloren geht, ist eine ziemlich kostspielige Art sich zu kleiden. Je mehr Stoffe die Eigenschaft besitzen, Wärme und Elektrizität abzuleiten, desto leichter können sie abkühlend aber eben deshalb auch erkältend wirken. Besonders ableitend wirken Leinen und Hanf; weniger Baumwolle, am wenigsten Flanell, Wolle, Tuch und Seide. Erstere Stoffe fördern somit das Sinken der Eigenwärme und der Ausdünstung, und verschaffen uns bei äußerer Hitze mehr Kühle und Erfrischung, sind mithin im Sommer und bei Hautkrankheiten, zumal bei juckenden Hautleiden, auch von vollblütigen Personen oder bei Kongestionen zu inneren edlen Organen mit Vorteil zu tragen. Wollene und baumwollene Kleidungsstücke wie Flanellstücke und dergleichen verhindern dagegen die Abkühlung des Körpers, indem sie trotz der Ausdünstung trocken bleiben. Auf dem bloßen Körper getragen, bilden dagegen die wollenen Stoffe eine fortbestehende und deshalb mit der Zeit schwächende Reizungsursache, welche jedoch durch einen leichten baumwollnen, zwischen Haut und Wolle getragenen Stoff neutralisiert werden kann. Flanellhemden, auf bloßem Leibe getragen, schützen empfindliche Personen, ferner die Bewohner warmer

Länder und Solche, die anstrengend im Freien arbeiten, besser vor Erkältung als Hemden von Leinewand. Lockere, sehr poröse und lose anliegende Stoffe sind wärmer als dichte, glatte und eng anliegende Zeuge. Auch die Oberfläche der Gewebe begünstigt die Entwicklung von Wärme und von Elektrizität. Hierzu ist Leinewand am wenigsten geeignet, und baumwollene Zeuge halten auch hier die Mitte zwischen Leinewand und Wolle.

Der Magnetismus als ein Heilmittel gegenüber der in ihrem harmonischen Gleichgewichte gestörten menschlichen Organisation kann hier nur kurze Erwähnung finden, da es besonderer und ausführlicher Darlegungen bedürfen würde, um dieses außerordentlich inhaltsreiche, aber noch äußerst dunkle Gebiet in gemeinverständlicher Weise abzuhandeln. Eine große Anzahl instinktartiger Vorkommnisse beim Menschen deuten darauf hin, daß demselben noch ein besonderer, zur Zeit für uns noch ganz dunkler und unaufgeklärter Sinn eignet, über welchen zur Zeit Niemand sichere Auskunft zu geben vermag. Der Zukunft bleibt es vorbehalten, auf diesem Gebiete noch große, staunenerregende Thatsachen zu Tage zu fördern und den zwischen vielen Erscheinungen des Magnetismus noch vollständig unergründeten Zusammenhang, den wir zur Zeit nur zu ahnen vermögen, mit Sonnenklarheit zu erweisen.

Auch der Schmerz ist ein Heilmittel der Naturheilkunde. Ein wunderliches und dabei ganz abscheuliches Heilmittel, werden die Leser ausrufen; „werft diese Medizin den Hunden vor!“ werden die Droguisten und Apotheker entrüstet sagen. Welchen Zweck hat nun aber dieses gerade in unserer nervenschwachen Zeit so sehr gefürchtete Uebel? Alles Andere will man gern ertragen, aber nur keinen Schmerz. Wir haben in einem größeren früheren Artikel dieses Werkes über „Elektrizität“ nachgewiesen, daß unser Hirn von jeder Veränderung in den mit Nerven versehenen Teilen des Körpers sofort in Kenntnis gesetzt wird. Sobald uns nun eine derartige Nachricht zum Bewußtsein kommt, bezeichnen wir dieselbe als Empfindung oder als Gefühl und dementsprechend werden auch alle elektrischen Kabel, welche diese Art von Botschaften vermitteln, Empfindungs- oder Gefühlsnerven genannt. Da nun in dem Verlaufe dieser Nervenkabel nirgends eine Unterbrechung zu entdecken ist, so ist allgemein angenommen, daß ein jeder derartiger elektrischer Faden ununterbrochen und unverändert selbst von den äußersten Grenzmarken und von den entlegensten Provinzen des Körpers aus bis in die Zentralorgane dieses großartigen Telegraphennetzes, also bis in das Gehirn und Rückenmark verlaufen und somit jeder Teil des Körpers, sobald er mit dem die Empfindung vermittelnden, elektrischen Kabel überhaupt in Verbindung steht, bei dem in dem Gehirn und Rückenmark seßhaften, obersten Aufsichts- und Sicherheitsbehörden repräsentiert ist. Nur auf diese Weise ist es möglich, daß das Bewußtsein und der in demselben verkörperte Wohlfahrts- und Sicherheitsausschuß genaue und zuverlässige Nachrichten von allen jenen Orten empfängt, wo eine Veränderung des bisherigen Zustandes stattgefunden hat. Auf diese

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Art ist jeder Teil des Organismus in beständiger Fühlung und in innigem, telegraphischem Verkehr mit den im Gehirn und im Rückenmarke residierenden obersten Aufsichts-, Verwaltungs- und Wohlfahrtsbehörden. — Der Schmerz besteht also in den hilfeheischenden Berichterstattungen, welche dem Gehirn durch die Nerven aus den verschiedensten Bezirken des menschlichen Körpers mitgeteilt werden. Diese schmerzvollen Notschreie der bedrängten Körperregimen sind also der Zweck des Schmerzes. Der Schmerz ist also die nach Wiederherstellung des harmonischen Gleichgewichts, also nach Gesundheit und Wohlbehagen gebieterisch verlangende Stimme der verschiedenen Gewebe und Strukturen in dem verbrüderten Bau der menschlichen Organisation. Der Schmerz ist mithin einer der ersten und einflußreichsten Gesundheitsbeamten unseres körperlichen Gemeinwesens; denn er ist es, welcher die Heilkräfte des Organismus allamiert, sobald sich irgendwo ein krankhafter oder ungehöriger Zustand etabliert, oder den Körper von außen her eine Beleidigung oder Beschädigung getroffen hat. Alsdann ruft er die obersten Instanzen des menschlichen Körpers um Hilfe für die erkrankten Strukturen an. Der Schmerz ist der mächtigste Arzt und Gesundheitsbeamte, welcher nicht blos für die Verhütung sondern auch für die Heilung von Schäden der verschiedensten Art Sorge trägt, und der Naturheilkunde blieb es vorbehalten, diesen Beamten wieder in seine ursprünglichen Rechte und Funktionen einzusetzen.

Die Elektrizität als Heilmittel haben wir in dem diesbezüglichen alphabetischen Kapitel erörtert. Erübrigt also noch als letztes Medikament unserer Apotheke

Der Wille. Wie wir sahen, bedarf es, um gesund zu sein, nicht blos der Ererbung einer gesunden Konstitution, also einer angeborenen, gesunden Veranlagung des Körpers, sondern es ist auch Gehorsam gegen die Gesetze der Mäßigkeit in Speise und Trank, ferner auch eine regelmäßige und allseitige Bethätigung unserer Muskeln durch Bewegung, durch Arbeit und Thätigkeit, aber auch Ruhe und Schlaf erforderlich. Eine vollkommene Gesundheit besteht jedoch nicht blos in der ebenmäßigen Entwicklung und in der Harmonie sämtlicher wirtschaftlicher und werkthätiger Verrichtungen unseres Körpers, sondern es ist hierzu auch Kraft des Willens, also die geschulte Anstrengung der Willenskraft, unsere Leidenschaften zu beherrschen, erforderlich. Wir müssen betreffs unserer Gesundheit lernen, von uns selbst abzuhängen, und unter Benutzung der unfehlbaren Heilmittel der Natur trotz Priester und Doktor unsere leibliche und geistige Gesundheit zu erhalten. Um nun jene seelische Gewalt über unsere körperlichen Zustände zu erlangen und auf diese Weise, wenn nötig, die Selbstheilung des Organismus anzuregen und einzuleiten, ist Uebung erforderlich. Je weniger der Mensch seinen Willen erzieht und stärkt, je weniger er ferner weiß, welche ungeahnte Macht die seelische Energie, also die Bethätigung gewisser Nervenbezirke des Gehirns hat, desto abhängiger ist er von seinen Nerven und desto unabhängiger sind diese. Denn von Anbeginn sind die Nerven souverain, und der Körper

steht nicht blos unter der Oberbotmäßigkeit derselben, sondern er schmachtet geradezu in der Knechtschaft seiner unabhängigen Nerven. Jede Beeinbruckung löst in diesem Falle unwillkürlich gewisse, rein automatische Bewegungen in den Muskeln, kurz, gewisse Gegenwirkungen aus. Die Erlösung aus jener Knechtschaft der unabhängigen Nerven erfolgt in demselben Maße als die Willenskraft erstarkt, und das ist: die durch zahllose Bemühungen und Gewöhnungen erlangte Herrschaft über den größten Teil unseres Körpers. Und diese Willenskraft ist der bewußte Ausdruck eines kenntnis- und erfahrungsreichen Geistes, der jene rein instinktiven, unabhängigen und oft rohen Aeußerungen der bis dahin unabhängigen Nerven erkannt hat, der jene ihm durch dieselben auferlegten Einschränkungen und Beschränkungen fühlt und sich siegreich zu gesteigerter Willenskraft und Unabhängigkeit erhebt.

Wieviele drohende und bereits im Anzuge begriffene, krankhafte Störungen in dem gesunden und harmonischen Gleichgewichte unseres Körpers werden nicht jetzt schon durch die energische Willenskraft Einzelner, „die sich nicht werfen lassen wollen" niedergehalten; aber in Zukunft, wenn die Macht des Willens weit allgemeiner als es jetzt der Fall ist, ausgebildet sein wird, wird die Verordnung, den Willen anzuwenden, als mächtiges, wunderwirkendes Heilmittel sich erweisen. Doch schon wieder höre ich die marktschreierischen Charlatane rufen: „Werft auch dieses euer Heilmittel den Hunden vor; kauft lieber unsere wohlgeschüttelten Arzneitränke und ihr werdet euch für einige Mark gesund machen!" Die Naturheilkunde aber, die Heilkunde der Zukunft, sie verordnet: „Wende die Macht des Willens an, sei stark und rege energisch die in Dir schlummernden Heilkräfte durch die Macht des Willens an, so wirst Du durch dieses schöne und machtvolle Heilmittel der Naturheilkunde die Krankheit besiegen und Du wirst gesunden!" — —

Nässende Flechten und nässender Grind, (s. Flechten und Grind.)

Neptunsgürtel, (s. unter Frieseln und Umschläge).

Nervenabzehrung, (s. Nervenschwindsucht).

Nervenfieber. Diese allgemeine Benennung giebt man gewöhnlich dem allgemeinen Fieber, welches von den Aerzten gelinder oder bösartiger Typhus genannt wird. Man unterscheidet 4 verschiedene Typhusformen, nämlich den Ausschlagstyphus, den Unterleibstyphus, das Rückfallfieber und die Pest. Diese Formen gehen während einer Epidemie nicht ineinander über. Die häufigste derselben ist gegenwärtig der Unterleibstyphus, während früher der Ausschlags- oder Fleckentyphus die herrschende Form bildete. Bei einzelnen Epidemieen ist das Nervenleben stumpf und nur in träger Weise thätig, während in anderen Epidemieen fast alle Erkrankungsfälle vom heftigsten Phantasieren, sogar Tobsuchtsanfällen begleitet sind. Hinsichtlich der Entstehung können die Verhältnisse des Grundwassers nicht allein maßgebend sein, da sich Typhusepidemieen auch in hochgelegenen Gegenden, wo das Grundwasser gar nicht in Betracht kommt und wo felsiger

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Untergrund vorhanden ist, entwickeln können. Dagegen erzeugt die Verunreinigung des Trinkwassers mit Extrementen dieser oder jener Art immer und überall Typhus und typhusähnliche Erkrankungsformen.

a) Der Ausschlags- oder Flecktyphus [Hunger-, Schiffs-, Gefängnistyphus] findet hauptsächlich da seinen Boden, wo eine größere Anzahl von Menschen unter den elendesten Verhältnissen in engen und ungesundesten Räumen zusammen wohnen, oder, wie in schlecht eingerichteten Spitälern oder auf überfüllten Schiffen, förmlich zusammengepfercht sind. Eine mächtige Unterstützungsursache des epidemischen Auftretens des Flecktyphus ist der durch Mißernten oder anderweitige Verhältnisse bedingte allgemeine Nahrungsmangel, wodurch der Körper geschwächt und seine Widerstandskraft verringert wird. Daher der Name Hungertyphus.

Als Vorboten zeigen sich Abgeschlagenheit der Glieder, Mattigkeit und leichte Schmerzen in denselben, Frösteln und mitunter auch Beklemmungen in der Magengrube, bis nach 3 oder 4 Tagen die eigentliche Krankheit unter heftigem Schüttelfrost beginnt und die Bluttemperatur auf 39—40° C. steigt. Der Kranke klagt über heftigsten Stirnkopfschmerz, seine Augen sind geröthet und thränen, er wird sehr hinfällig und förmlich wie trunken, die Atmung ist erschwert und unregelmäßig, der Puls ist beschleunigt, meist über 100; am Morgen vermindert sich die Bluttemperatur etwas, dagegen steigt die Abendtemperatur allmälig; der Kranke wird schwerhörig und sein Aussehen wird characteristisch, seine Stimme rauh und klanglos, die Zunge trocken und rauh, anstatt des Schlafes stellen sich Phantasieen ein; außerdem Gliederzittern, dagegen mäßiger Durst. Gewöhnlich besteht Stuhlverstopfung, in einzelnen Epidemieen jedoch Durchfälle. Am 3. bis 5. Tage zeigt sich ein Hautausschlag in Form von kleinen rothen Flecken, die gewöhnlich etwas über der Haut erhaben sind und die am Rande nicht selten kleine Blutaustritte zeigen. Mehrere Tage bleiben sie unverändert, erblassen alsdann und lassen einen gelblichen Fleck zurück. Sie treten hauptsächlich in der oberen Bauchgegend auf, und sind, wenn zahlreich vorhanden, dem Masernausschlag nicht unähnlich. Selbst in den günstigsten Fällen tritt die Genesung immer nur äußerst langsam ein, das Bewußtsein wird freier, es stellt sich Schlaf ein und mäßige warme Schweiße, begleitet von einer kleienartigen Abschilferung der Haut. —

b) Unterleibstyphus, im gewöhnlichen Leben Nervenfieber genannt. Die Empfindlichkeit für dieses Leiden ist eine sehr ungleiche, und zeigen sich in den verschiedenen Lebensaltern die Erkrankungsfälle in sehr verschiedener Anzahl. Bei milden Epidemieen tritt die Krankheit mehr in der Form eines nervösen gastrischen Fiebers auf (S. dieses); kräftige Personen erkranken leichter als schwächliche. Herz- und Lungenkranke, ebenso Bleichsüchtige werden nur selten vom Typhus ergriffen.

Die Vorläufer dieser Krankheit bestehen in dumpfem Kopfschmerz, besonders in der Stirn, Schwindel, Abgeschlagenheit der Glieder und Ziehen in denselben, Frösteln und sehr oft auch in Diarrhoe. Die Dauer dieser

Vorläufer kann viele Tage, selbst auch ein paar Wochen betragen, bis sich plötzlich ein heftiger Frostanfall einstellt, der $^1/_2$ bis mehrere Stunden andauern kann. Bei gewissen Fällen, einerseits bedingt durch den Charakter der Epidemie, andererseits durch die individuelle Natur des Kranken, sind bald die Gehirnerscheinungen, bald jene der Atmungsorgane oder die der Verdauungswege vorherrschend, und in diesem Sinne hat man von einem Gehirn-, von einem Lungen- und einem Unterleibstyphus gesprochen.

Das Charakteristische aller Typhusfälle ist der eigenthümliche Verlauf des Fiebers, die Milzanschwellung und im weiteren Verlaufe das Auftreten einzelner Rippchen [Rascole] auf der Haut und einer in den meisten Fällen vorhandenen Diarrhöe mäßigen Grades.

Dem ersten Frostanfall folgt hochgradige Hitze mit trockner, brennendheißer, nur ganz ausnahmsweise schwitzender Haut, wobei die Bluttemperatur (Abends zwischen 5 und 7 Uhr gemessen) von Tag zu Tag sich um einen Grad und noch mehr erhebt, während sie vom Abend bis zum folgenden Morgen bis mindestens um $^1/_2$ Grad zurücksinkt; dies geschieht, bis die Temperatur die Höhe von 40^0 und mehr erreicht hat. Puls beschleunigt (90—120), dabei weich; der Durst vermehrt, Harn rothbraun, die Zunge weiß belegt, oft mit klebrigem Schleim bedeckt, der Stuhl verstopft, weiterhin diarrhoeisch. Der Kranke klagt über Schwere in den Gliedern, und beim Versuche, sich aufzurichten, wird ihm schwindlig; dumpfer drückender Schmerz in der Stirn. Entweder ist Schlummersucht vorhanden, besonders in den Nachmittags- und Abendstunden, oder seine Phantasieen sind so lebhaft, daß er aus dem Bette springen will. Außerdem zeigen sich die Erscheinungen eines Luftröhrenkatarrhs, der gewöhnlich mit trockenem Husten beginnt.

So gestaltet sich der Verlauf in den ersten Wochen. In der 2. Woche sind alle genannten Erscheinungen stärker ausgebildet und in heftigerem Grade vorhanden. Der Kranke ist völlig benommen und betäubt, er schlummert entweder beständig oder phantasiert laut. Die Zunge wird jetzt trocken, rissig und wie mit einer Borke belegt. Der mehr oder weniger vorhandene Katarrh der Rachenschleimhaut setzt sich auf den inneren Gehörgang fort (Eustachsche Röhre) und der Kranke wird schwerhörig. Die Stuhlausleerungen sind diarrhoeisch, 2—3 mal oder 12—15 mal täglich, von dünner, gelblicher Beschaffenheit (erbssuppenähnlich) und gehen ohne Schmerzen ab, auf der Höhe der Krankheit mitunter unwillkürlich.

Abweichend von dieser gewöhnlichen Form finden sich Fälle, wo die Krankheitserscheinungen unentwickelt sind und die nervösen Erscheinungen fast vollständig fehlen (unentwickelte Typhusform-abortiv).

Das sogenannte schleichende Nervenfieber verläuft unter milden und unbestimmten Erscheinungen mit mäßiger Höhe der Bluttemperatur, vermehrten Stuhlentleerungen, Durst, Mattigkeit, trockener Zunge und lang andauernder, langsamer Genesung.

Zum Typhus gesellen sich häufig verschiedene besondere krankhafte Zufälle (Komplikationen), z. B. bei starken Hirnerscheinungen eine Gehirn-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

hautentzündung (Gehirntyphus). Es tritt alsdann Erbrechen und große Empfindlichkeit der Haut ein, die Pupille verengert sich und das Gesicht wird heiß und roth.

Ferner können die Athmungswege besonders stark in Mitleidenschaft gezogen sein (Lungentyphus). In diesem Falle wird das Athmen oberflächlich, es tritt Brustbeklemmung ein und die Bluttemperatur steigt.

Auch ein sogenanntes nervöses Gallenfieber kann sich dazu gestellten In diesem Falle hat der Kranke Eckel und einen bitteren Geschmack im Munde. Die Lebergegend ist gegen Druck empfindlich, der Harn ist dunkelgefärbt und das Weiße im Auge und die Nasenflügel bekommen einen Stich in's Gelbliche.

Endlich sind als Komplicationen zu nennen Harnverhaltung, Entzündung der Speicheldrüse, Bildungen von Blutschwären oder von Rotlauf in der Haut, und das Aufliegen der Haut der Kreuzgegend und des Rückens, welches selbst bei Fällen von verhältnismäßig leichten Erkrankungen eintreten kann. Dieses Auf- oder Durchliegen der Haut tritt bisweilen nicht blos in der Steißbeingegend, sondern auch in der Schulter und den Fersen auf, indem sich die Haut rötet und sich Bläschen bilden, die in einen Eiterungsprozeß übergehen, der schnell in Breite und Tiefe zunimmt und oft brandig wird.

c) Rückfallfieber. Dasselbe tritt epidemisch auf und breitet sich entweder über eine ganze Gegend, eine Stadt, eine Straße oder nur ein Haus aus, und betrifft hauptsächlich diejenige Bevölkerungsklasse, in welcher das Massenelend zu Hause ist, besonders in Zeiten der Teuerung und des Mißwachses unter dem Einfluß von Hunger und Entbehrungen. Die Krankheit stellt sich gewöhnlich ohne Vorboten ein. Höchstens gehen ihr Appetitlosigkeit, allgemeines Unwohlsein und Kopfschmerz voraus. Heftige Schüttelfröste, Schwindel und Uebelkeit, Kopf- und Gliederschmerzen und bedeutende Steigerung der Bluttemperatur nebst sehr beschleunigtem Pulse unter quälendem Durste leiten die Krankheit ein. Die Gliederschmerzen sind reißend und stechend und befallen fast ausnahmslos die Muskeln und Gelenke; der Stuhl ist verstopft, die Gesichtsfarbe fahl oder gelb, die Zunge stark belegt und feucht, und die Milz schwillt in hohem Grade an. Dagegen ist das Bewußtsein frei im Gegensatze zu andern Typhusformen. Bald wird der Puls doppelgängig und die Temperatursteigerung erhöht sich ohne entsprechende Wasserbehandlung auf eine lebensgefährliche Höhe.

d) Die Pest (Bubonenpest). Diese im Orient häufig und zwar epidemisch auftretende Krankheit kommt bei uns gegenwärtig nicht mehr vor. Sie hat einen höchst verderblichen seuchenartigen Charakter, indem sich schnell bösartige Hautausschläge und Lymphdrüsenentzündungen (besonders in der Achselhöhle und Schenkelbeuge) entwickeln, welche letztere schnell in Verjauchung übergehen und dabei eine dunkle, schwarze Farbe annehmen, herrührend von ausgetretenem, dunkel gefärbtem Blute. Ebenso treten, begleitet von Uebelkeit, Erbrechen und Diarrhoe ein. Gehen die

entzündeten Drüsen in Eiterung über, so bessert sich das Leiden, sinken sie dagegen zusammen, so bildet sich eine jauchige Blutvergiftung und der Kranke geht zu Grunde. In ganz bösartigen Fällen kommt es gar nicht zur Entwickelung von Karbunkeln und Bubonen, sondern die Blutzersetzung ist schon in wenigen Tagen eine so hohe, daß der Kranke eine bräunliche, kaffeesatzähnliche (also bluthaltige) Flüssigkeit erbricht und durch den Stuhl ausleert, der Harn bluthaltig ist und schnell eine vollständige Auflösung erfolgt.

Behandlung. Da die allgemeine Schwäche des Nervensystemes die Hauptursache bildet, weshalb die Krisen nur unklar und wenig energievoll eintreten, und weshalb die Ausscheidung der Fremdstoffe und damit die Wiederherstellung des Gleichgewichtes in den Verrichtungen nur unvollkommen sich entwickelt, so muß die Behandlung hauptsächlich darauf gerichtet sein, diese Schwäche zu heben und den Nerven durch ein eingreifendes, zugleich schonendes und stärkendes Verfahren Widerstands- und Spannkraft zu geben. Es kann dies auf keine bessere Weise geschehen, als durch die Anwendung des kühlen Wassers, und durch mehr kühles als warmes Verhalten. Schon lange war dies von vielen berühmten Aerzten erkannt, leider aber nicht allgemein und oft erst zu spät befolgt. Zuerst war es Dr. Hahn, welcher das Wasser als Waschmittel bei Typhus empfahl und riet, die Fenster offen zu lassen und alle Wäsche zu wechseln, was bei der 1736 in Schlesien herrschenden Epidemie mit großem Erfolge angewendet wurde. Nach ihm wandten Wright, Brandreth und Currie kalte Uebergießungen an und heilten dadurch viele Hundert Kranke. Brandis und Eike stellten Tausende durch kalte Waschungen und Begießungen her. Reuß, Mylius, Horn, Göden u. a. heilten viele Tausend Nervenfieberkranke durch Umschläge, Uebergießungen und Eintauchungen. Eine systematische hydropatische Behandlungsweise haben aber erst Prießnitz und Dr. Munde eingeführt. Wenn die hydropatische Behandlungsweise erst allgemein zur Anwendung kommen wird, so wird auch bei den vorliegenden Erkrankungsformen ein Meer von Thränen erspart werden. Denn von den 30—40 000 Menschen, welche schon in Deutschland allein jährlich an Typhus erkrankten, und von denen gegen 4000 sterben, und somit den zehnten Teil aller Todesfälle bilden, werden — sobald die temperaturerniedrigende, fieberwidrige Wasserbehandlung des Typhus nicht blos von einigen wenigen Aerzten und in vereinzelten Spitälern, sondern ganz allgemein in Anwendung gekommen sein wird, mehr als die Hälfte am Leben erhalten werden. Wenn wir also die statistischen Belege, die prächtige und glänzende Genesungsstatistik allein dieser einen Krankheit bei hydropathischer, naturgemäßer Behandlung mustern und mit den erschreckend negativen Heilresultaten einer allopathischen Behandlungsweise dieser schweren Erkrankungsform vergleichen, so können wir uns einen annähernden Begriff machen von der Tragweite und von der tief in das organische Getriebe des Organismus einwirkenden Beeinflussung kühler Temperaturen (vergl. die Kälte als Heilmittel).

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Schon im Allgemeinen verhindert die hydropathische Behandlung des typhösen Fiebers ein Ueberhandnehmen der typhösen Erscheinungen, überhaupt des Krankheitsprozesses, und verhindert die Entwicklung desselben bis zur gefahrdrohenden Höhe. Gleichzeitig sorgt sie auch dafür, daß die Gesammtthätigkeit des Organismus in ihrer ausscheidenden, wieder Harmonie aller Lebensvorgänge erstrebenden Kraft, also das Naturheilvermögen, auf derjenigen Stufe bleibt, auf welcher es früh genug, und deshalb ebenso leicht als sicher der krankhaften Vorgänge Herr zu werden vermag. Mit einer Sicherheit, die jedes ungünstige Resultat fast ausschließt, wird dies durch das Wesen der Wasserwirkung in unsere Hand gelegt. Daher müssen auch die vielen Tausende, welche fort und fort „am Typhus" starben, als leichtfertig herbeigeführte Opfer einer naturwidrigen Behandlung betrachtet werden. — So einfach nun auch die Behandlung ist, so muß dieselbe doch, bedingt durch den Verlauf der Krankheit hier Einschränkungen, dort Erweiterungen erfahren. Um mit Sicherheit handeln zu können, bedarf es einer genauen Beobachtung des Krankheitsprozesses, ein aufmerksames Studieren der hilfeheischenden Natur, und ein gehorsames Zuhilfekommen bei ihren Forderungen. Wer mit diesen Gedanken an das Krankenbett herantritt, wird mit sicherem Erfolge seine Maßnahmen treffen; denn die Natur spricht beim typhösen Fieber mit einfachen, klaren Worten. Mit tropfnassen Abreibungen und Wasser von 13—17 °R. werde begonnen, sobald die ersten Anzeichen der Krankheit auftreten, man jedoch noch ungewiß darüber ist, ob sich gerade der Typhus oder eine andere Krankheitsform entwickeln will. Diese kühlen Abreibungen haben so lange anzudauern, als die immer wieder an den verschiedenen Körperstellen auftretende heftige Wärme überall gewichen ist und die Haut durchgängig eine gleichmäßig abgekühlte Temperatur zeigt. Es ist also nach Bedarf die naßkalte Abreibung mit kühlen Uebergießungen der betreffenden Körperstellen zu unterstützen, falls sie zu dem genannten Zweck für sich allein nicht ausreichen sollte. Nach dieser oft schon nach 5 Min. mit Erfolg begleiteten Maßnahme, während welcher der Kranke auch kühles Wasser trinken soll, lasse man ihn den Leib warm einhüllen (Leibbinde), und sende ihn behufs mäßiger Bewegung an die frische Luft. Wiederholt man bei nochmals auftretenden Symptomen noch einmal vor dem Schlafengehen dieselbe Prozedur, so genügt in vielen Fällen diese ganz einfache Behandlungsart, um den Typhus von Anfang an zu beheben. In den allermeisten Fällen ist jedoch eine derartige naturgemäße Hilfe nicht bekannt oder nicht zur Hand, andererseits war aber auch die voraufgegangene gesundheitsschädliche Beeinflußung des Organismus eine zu tiefgreifende, mithin wurde die rückwirkende Wehrkraft desselben eine um so heftigere und länger andauernde. — Sieht man also, daß die Krankheit nicht vollständig behoben ist, so fahre man mit den erwähnten 1—3 Mal täglich zu wiederholenden Abreibungen fort und warte die weitere Entwickelung des Naturheilprozesses ruhig ab. In etwas gemäßigter Weise tritt dann nach einigen Tagen die Krankheit in ein weiteres Stadium.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Sind die Vorboten dieses Stadiums vorüber, und ist ein allgemeiner Schwächezustand noch nicht vorhanden, so wende man in häufigem Wechsel und so lange, bis allgemeine Abkühlung eingetreten ist, Einpackungen in feuchte Leintücher an. Ist Blutandrang nach dem Kopfe vorhanden, so bedecke man diesen mit naßkalten Umschlägen, welche, sobald sie warm werden, zu wechseln sind. Die Stärke der anzuwendenden Leintücher, sowie deren mehr oder minder starker Gehalt an Feuchtigkeit richtet sich nach der individuellen körperlichen Beschaffenheit des Kranken; bei blutreichen, kräftigen Konstitutionen werden wir unter Umständen doppelte Leintücher, welche beinahe triefend naß zu halten sind, nehmen, während bei zarten, blutarmen Patienten leichte, gut ausgewundene Umschläge zu machen sind. Genügen diese Einpackungen zur Herabminderung des Fiebers nicht, so gebe man dem Kranken noch ein Halbbad. — Haben nun auf die eben beschriebene Weise die Fiebererscheinungen eine allgemeine genügende Herabminderung erfahren, — welche sich am sichersten dadurch anzeigt, wenn der Kranke nach Verlauf von ungefähr $^1/_4$ Stunde in einem frischen Umschlage sich nicht mehr bedeutend erwärmt, — so gebe man ihm nur noch nach Bedarf feuchte kühle Abreibungen, und lasse ihn in den Ruhepausen der Behandlung beständig einen Leibumschlag tragen. Treten wieder erneute heftige Erscheinungen auf, so ist das Verfahren zu wiederholen, und zwar so lange als das zweite Stadium der Krankheit dauert.

Mit dem Eintreten des dritten Stadiums muß die ganze Behandlungsweise eine wesentliche Aenderung erfahren. Da sich dasselbe hauptsächlich durch einen allgemeinen Kräfteverfall, erschöpfender Durchfälle ꝛc. charakterisirt, so tritt von nun an anstatt des entzündungswidrigen, das beruhigende und kräftigende Verfahren ein (s. Wasserheilverfahren). Demnach müssen von nun an alle Kurformen nicht mehr eingreifend und kräfteentziehend, sondern mild, und die vorhandene Kraft unterstützend sein. Und man wiederhole lieber eine einfache, milde Maßnahme mehrere Male, ehe man durch einen einmaligen Eingriff und größerer Augenblicks-Wirkung eine nachträgliche allgemeine Kräfteabnahme herbeiführt. Man wendet in diesem Stadium abermals Einpackungen, Kompressen und Abreibungen an.

Zu den Einpackungen dürfen jedoch nur leichte, fest ausgewundene Leintücher genommen und dieselben nicht eher wieder gewechselt werden, als bis der Körper sich überall wieder genügend, und für das Gefühl des Kranken zu stark erwärmt hat. In den meisten Fällen ist überhaupt nur eine Einpackung notwendig. Sind die Rumpfteile zu starkt erhitzt, und macht es sich bei diesen nötig, die Wirkung der Einpackung zu verstärken, so wende man nur Kompressen an, welche ebenfalls stark auszuwinden sind. — Nach dieser Prozedur gebe man man dem Kranken noch eine feuchte Abreibung in ganz milder, nicht erregender Weise (mit einen Schwamm.) Man achte auf die meist kühlen Füße, lege eine Wärmflasche an dieselben und reibe oder bürste sie, sobald sie sich kälter anfühlen, halte sie überhaupt auch von außen andauernd warm. Das für das dritte

Stadium angegebene Verfahren ist täglich 2—3 mal — je nach den Körperverhätnissen des Patienten — zu wiederholen. Unter günstigen Verhältnissen, d. h. wo im Uebrigen gesunde Personen vom Typhus befallen werden, tritt dann schon nach Ablauf von 8—10 Tagen die Wiedergenesung ein.

Frische kühle Luft im Krankenzimmer ist eine der Hauptbedingungen zur Heilung. Man lasse ununterbrochen wechselnde Luft hinzu, wobei der Kranke nur leicht bedeckt zu sein braucht. Die frische, stets erneuerte Luft kann dem Patienten nur zum Vortheil gereichen, denn sie erfrischt und belebt seine Kräfte, steigert den Athmungsprozeß und vermindert das Fieber (s. die Luft als Heilmittel.)

Die Diät sei leicht, schleimig, kühl, streng vegetarisch. Gersten-, Hafer-, Mehl-, Reis-Suppen, gebackenes, gekochtes Obst, Fruchtsäfte, Buttermilch.

Die Wiedergenesung unterstütze man mit täglich einer feuchten Einpackung mit darauffolgendem Halbbad und einem ununterbrochen zu tragenden, doch oft (ca. 3 mal täglich) zu wechselnden Leibumschlag.

Nervenfieber der Säufer, s. Säuferwahnsinn und Säuferzittern.

Nervenkrankheiten. Gewöhnlich benennt man mit dem unbestimmten Namen Nervenkrankheiten, Nervenleiden, Nervenschwäche, Nervenübel, nervös eine große Anzahl von Krankheiten, denen, streng genommen, diese Benennung nicht ausschließlich zukommt. Wenn nun aber auch reine Nervenkrankheiten gar nicht, oder doch nur in beschränkter Zahl existieren, so giebt es andererseits doch kaum eine einzige Krankheit, bei welcher nicht das Nervensystem, als Träger aller Funktionen des Organismus, wesentlich beteiligt wäre. Entweder es liegt eine veraltete Schwäche desselben vor, durch welche die Heilung des Leidens sehr beeinträchtigt wird, oder aber die krankhaften Störungen wirkend so beengend und hindernd auf die Thätigkeit des Nervensystems ein, daß dadurch alle Lebensäußerungen, das kräftige, freie Wirken der Lebenskraft, gehemmt und unterdrückt wird. — Zahlreiche Nervenleiden bedürfen, um geheilt zu werden, nur des Lichtes. Denn Licht, Wärme, Elektrizität sind nicht blos die mächtigsten Beeinflussungsmittel gegenüber dem Nervensystem, sondern sie sind geradezu Existenz- und Nahrungsmittel für das Nervensystem. Sobald die experimentierende Physiologie nur einen kleinen Teil des Eifers, des eisernen Fleißes und der zahlreichen technischen und finanziellen Hilfsmittel, welche sie zur Zeit den Fröschen, Kaninchen und Hunden zuwendet, auf die Erforschung des ganzen Menschen, wie er leibt und lebt, verwenden wird, so werden ungeahnte Ergebnisse die herrlichen Einflüsse des Lichtes, der Wärme und der Elektrizität als Nahrungsmittel für das Nervensystem enthüllen.

Aber nicht nur Sonnenbäder, warmes Klima, Behandlung mit Magnetismus und Elektrizität kommen bei Nervenleiden in Betracht, sondern in erster Linie das stärkende Verfahren der Wasserkur, vorwiegend in den lauen Temperaturgraden mit mäßiger Anwendung der kühleren, anregenden Grade. Kaltes Wasser ist zu meiden, da durch dasselbe leicht

eine Ueberreizung der Nerven stattfindet, welche die vorhandene Schwäche nur vermehren und die allgemeine Reizbarkeit steigern würde. Auch Schwitzkuren dürfen nur mit Maß Verwendung finden, da die hierbei stattfindende langandauernde Aufregung und hohe Wärme ebenfalls eine nachträglich um so größere Schwäche der Nerven herbeiführen würde (s. beruhigendes und stärkendes Verfahren unter Naturheilverfahren). — Geistesanstrengung, niederdrückende Gemütsaufregungen, eine reizende und erhitzende Diät, starke Getränke und zu warmes, weichliches Verhalten sind bei allen Nervenkrankheiten zu vermeiden. Dagegen ist die psychische Beeinflussung von höchster Bedeutung, und man verschaffe dem Kranken so viel Erheiterung als es die Umstände nur immer gestatten. Oft genügt eine Veränderung der Verhältnisse, eine Reise u. dergl. allein schon, um eine wesentliche Verbesserung in dem Zustande des Kranken zu bewirken. Die spezielle Behandlung der einzelnen Krankheiten s. unter den betreffenden Artikeln, als: Alpdrücken, Brustkrampf, Ekliptische Zustände, Epilepsie, Geisteskrankheiten, Hypochondrie, Hysterie, Krämpfe, Lähmungen, Nervenschlagfluß, Nervenschwäche, Nervenschwindsucht, Rückendarre, Säuferwahnsinn, Säuferzittern, Schwund, Starrkrampf, Gesichtsschmerz, Hüftweh, Keuchhusten und Lendenweh. Vergleiche auch die Abschnitte: Krankheiten des Hirns und Elektrizität.

Nervenschlagfluß. Die Symptome desselben sind fast die gleichen wie die des Blutschlagflusses (s. d.), nur geht jener direkt vom Gehirn aus und ergreift besonders schwächliche, reizbare, zu Krämpfen und anderen Zufällen geneigte Personen. Die Ursachen sind dieselben wie die der Nervenkrankheiten überhaupt, namentlich aber aufregende Gemütsbewegungen, Ausschweifungen aller Art, schwächliche Veranlagung u. s. w. — Der Nervenschlagfluß läßt, sofern er nicht tötlich wirkt, gewöhnlich Lähmungen zurück: Doch können, sofern nur die Lebenskraft nicht in dem Maße zerstört ist, daß sie überhaupt sich nicht mehr zu regen vermag, durch baldige und zweckmäßige Anwendung des Wasserheilverfahrens, verbunden mit Elektrizität und Massage, die traurigen Folgen in etwas gemildert werden. Die Behandlung ist ungefähr die gleiche, wie sie bei den nervösen Lähmungen (s. d.) vorgeschrieben wurde. Sie muß sich beschränken auf die Anwendung der ableitenden Halbbäder in abgeschrecktem Wasser mit gleichzeitigem kräftigem Frottieren der Füße, der Schläfe, des Rückgrates, vom Nacken und Hinterkopfe abwärts bis zum Kreuze, der Herzgruben, der Arme und der vorzugsweise vom Schlage getroffenen Teile. Sind die ersten schlimmen Folgen des Anfalles gemildert, so wende man Klystiere und erwärmende Umschläge um die leidenden Teile, über dem Rückgrat, Hinterkopf und Magen an. Hat man es durch diese Maßnahmen erreicht, daß die Lungen und Blutgefäße wieder funktionsfähig geworden sind, und die Hautthätigkeit sich wieder steigert, so schlage man den Kranken in nasse Leintücher, und wenn der Kranke sich genügend erwärmt hat, wechsele man ab mit Halbbädern von abgeschrecktem Wasser, wobei die betroffenen Teile stark zu reiben sind. Scheint der Kranke völlig leblos, so muß

man besonders mit den Frottierungen in größter Ausdauer und unermüdlichster Thätigkeit fortfahren, bis jede Wiederbelebung ausgeschlossen ist. Die Nachkur besteht in dem allgemeinen kräftigenden Verfahren, welches jedoch im vorliegenden Falle ganz besonders individuell, also unter genauester Berücksichtigung der Lebenskraft des Patienten sein muß. Alle Anwendungsformen des Wassers müssen Anfangs warm sein und dürfen nur allmälig kühler werden. Treten während oder nach den Bädern Anfälle von Schwindel, Schlafsucht ꝛc. ein, so müssen die ersteren sofort unterbleiben; andererseits muß, falls derartige Anfälle zu befürchten sind, ihnen durch Sohlenbäder, Frottieren der Füße und Wadenpackungen ableitend und vorbeugend begegnet werden. — Ganz besondere Beachtung verdient schließlich noch die Diät, welche in leicht verdaulichen, nicht erregenden Speisen und Getränken bestehen muß. Auch sind alle Gemütsaufregungen, alle körperlichen und geistigen Anstrengungen mit Sorgfalt zu verhüten.

Nervenschmerzen. Unter diesem Namen versteht man im engeren Sinne einen anfallsweise auftretenden mehr oder weniger heftigen Schmerz eines Empfindungsnerven. Eine Berührung erregt, ein Druck auf den Nerv vermindert den Schmerz. Blutarme und nervöse Frauen neigen besonders dazu. Die Gelegenheitsursachen dieser Schmerzen sind zu finden in Witterungseinflüssen, großer Kälte, Zugluft, mechanischen Verletzungen und Arzneien (z. B. Blei, Quecksilber). Die Dauer des Schmerzes beträgt oft nur einige Sekunden, ist stechend und brennend, und es bestehen noch nebenher krampfhafte Zuckungen der Nebenmuskeln, Rötung oder Geduntensein der Haut, Thränen- oder Speichelabsonderung. Die Anfälle kehren meist erst in einigen Tagen, oft auch erst nach Wochen wieder. Alle Nervenschmerzen sind mehr oder weniger hartnäckig. — Außer der örtlichen Behandlung, die sich auf etwaige fremde Körper, auf vorhandene Narben, Geschwülste oder kranke Zähne, die den Nerv reizen, zu beziehen hat, ist die Allgemeinbehandlung, welche auf Umänderung und Kräftigung der Konstitution abzielt, am erfolgreichsten. Römisch-irische Bäder, Luft- und Sonnenbäder, vegetarische Diät kommen hier hauptsächlich in Betracht. Vergleiche auch Hüft- und Lendenweh und Gesichtsschmerz; desgleichen Kopf-, Zahn-, Ohrenschmerzen.

Nervenschwäche. Diese allgemein gekannte, besonders dem weiblichen Geschlechte eigene Krankheit findet ihre Ursache sowohl in der Vererbung, in einer unrichtigen Erziehung als auch in einer mehr sitzenden Lebensweise, in körperlichen und geistigen Ueberanstrengungen, in Mangel an Nahrung, in seelischen Aufregungen aller Art, in geschlechtlichen Ausschweifungen, besonders Onanie, überhaupt in Allem, was überanstrengend und dadurch schwächend auf das Nervensystem einzuwirken vermag. Unter einer nervösen oder nervenschwachen Person versteht man eine solche, deren Empfindungssphäre außergewöhnlich reizbar ist und bei welcher die Beweglichkeit der betreffenden Nervenfasern bedeutend vermehrt ist. Alle äußeren Eindrücke wirken auf die Betreffenden unregelmäßig, zu stark,

zu allgemein verbreitet, übereilt und heftig ein. Die Einbildungskraft oder der Verstand sind gewöhnlich zu stark, und zwar auf Kosten der Willenskraft, entwickelt; dabei sind die Kranken empfindlich, ärgerlich und, vorzüglich bei niederen Graden der äußeren Temperatur, leicht erregbar. Zu Zeiten wiederum, ohne zwingende, oder auch nur erklärliche Gründe, sind sie stumpf und unempfänglich gegen die ganze Außenwelt. Das Auge ist gewöhnlich matt und hat einen sehnsüchtigen Ausdruck, die Gesichtsfarbe ist bald blaß, bald stark gerötet; der Harn ist von heller Farbe und häufig, die Haut ist trocken und kalt, der Schlaf unruhig. Blutandrang zum Kopfe tritt häufig ein, und hat Gefühl des Schwindels, schwere Ohnmachten und ähnliches im Gefolge. Desgleichen finden häufig Muskelzusammenziehungen statt, was Krampfanfälle und Fallsucht nach sich zieht. Der Appetit ist launenhaft, unregelmäßig und verdorben, und häufige Blähungen schwächen die Verdauungskraft und erzeugen Beschwerden. Eine eigentümliche Erscheinung endlich ist, daß Nervenschwache viel eher stinkende als wohlriechende Sachen vertragen und bevorzugen. (Vergl. auch Krankheiten des Hirns).

Behandlung. Nur zwei durchaus einfacher Mittel bedarf es, die im Besitze jedes Menschen und überall zu haben sind, nämlich die Luft und das Wasser. Man gewöhne die Kranken an ein streng geregeltes, thatkräftiges Leben voller Pflichten, man unterwerfe sie einer vorsichtig ausgewählten, alle Erregungen vermeidenden (vegetarischen) Diät, und fleißigem Trinken von kühlem Wasser; man lasse sie täglich mehrere Stunden im Freien, womöglich in heiterer Gesellschaft spazieren gehen; (im Sommer Barfußgehen) und endlich verordne man ihnen laue Abreibungen des ganzen Körpers, welche nach und nach in immer kühleren Temperaturen vorgenommen werden — und, wenn auch langsam, so doch sicher wird die hochgradige Reizbarkeit schwinden, und der gesundheitsgemäße Zustand wieder eintreten. Von höchster Bedeutung ist auch die physische Beeinflussung, nicht allein zur Förderung einer heiteren Sinnesart, sondern auch zur Stärkung des Willens, dessen Fehlen gewöhnlich das Haupthindernis zu einer streng durchgeführten Kur bildet.

Schon bei den Nervenkrankheiten im allgemeinen sagten wir, daß man bei derartigen Leiden angreifende Kuren sorgfältig vermeiden müsse. Diese Vorsicht ist bei den sogenannten Nervenschwachen doppelt nötig. Es kann vorkommen, daß einzelne erregende Maßnahmen, wie z. B. die Bäder, die Klystiere, die Douchen, gern genommen und gut vertragen werden, urplötzlich jedoch tritt oft ein Umschwung zum Schlimmen ein. Entweder war die Temperatur für die Individualität des Kranken nicht geeignet und er verlor zu viel Eigenwärme (was er in den jenen Augenblicken der Erregung nicht spürte), und er ist nun außer Stande, sich selbst wieder zu erwärmen; oder aber die Nerven wurden durch die erregende Kraft des kühlen Wassers überhaupt überreizt und verlor infolgedessen jede Empfänglichkeit für diesbezügliche Eindrücke. Beide Fälle bereiten eine immer mehe sich erhöhende Ermattung und Entkräftung vor, welche sich

schließlich derart steigert, daß eine durchgreifende Hilfe fast unmöglich gemacht wird. Ebenso muß das Trinken frischen Wassers nach dem vorhandenen inneren Bedürfnisse geregelt und darf in keiner Weise übertrieben werden. Der Kranke halte sich in jeder Hinsicht mäßig, vermeide starke Schweiße, nehme Waschungen und Bäder stets nur in solchen Temperaturen und in solcher Dauer, daß er sich wol und gekräftigt dabei fühlt, bewege sich viel im Freien, doch nie über das Maß seiner Kräfte, die Diät sei weder blähend, noch zu fett, noch zu gesalzen oder sonst stark gewürzt, sondern in erster Linie leicht verdaulich (s. kräftigende Diät). Alle zu warmen, hitzigen Getränke seien ausgeschlossen, weil sie nachträglich erschlaffend wirken. Der Kranke achte überhaupt auf alles, was ihm gut bekommt, und suche sich dieses zu verschaffen. Dabei soll er nicht weniger als 9 Stunden Schlaf genießen und tagsüber einen festen Kreis von Pflichten übernehmen, damit seine Gedanken eine andere, von ihm selbst abgelenkte Richtung bekommen.

Ist der Kranke leicht zu Erkältungen geneigt, so erscheinen oft Einpackungen des ganzen Körpers von Nutzen zu sein; doch ist dies durchaus individuell. Die stattfindenden Bäder lasse man nur von kurzer Dauer sein. Ebenfalls sind oft Fluß-, Wellen- und Seebäder von besonderem Nutzen und zwar entweder als Vor- oder als Nachkur, doch muß auch hier der vorhandene Kräftevorstand für eine diesbezügliche Verordnung maßgebend sein. — Von größtem Werte sind endlich die Sonnenbäder, also die ungehinderte Beeinflussung des Körpers von Luft, Licht und Wärme zugleich (vergleiche das Licht als Heilmittel).

Nervenschwindsucht. Dieselbe hat in einer erhöhten Reizbarkeit der Nerven ihre Ursache und endigt in den meisten Fällen als Lungenschwindsucht. Die Veranlagung zu dieser Krankheit erkennt man an dem zarten Körperbau und an einem lebhaften Gemütszustande. Von besonderem Nutzen ist die sachgemäß durchgeführte Abhärtung des Körpers durch kühle Abreibungen, Waschungen u. s. w. Außerdem befleißige man sich einer einfachen Diät und vermeide alle Aufregungen und Ueberanstrengungen geistiger und seelischer Art. Erheiternde Eindrücke jeder Art unterstützen die Heilung wesentlich, besonders wenn tiefe Erschütterungen im Gemütsleben die eigentliche Ursache bilden.

Nervöse Lähmungen, s. Lähmungen.

Nesselsucht. (Nesselausschlag, Nesselfieber, Quaddelausschlag). Unter Quaddeln versteht man flache Erhebungen der Haut, welche dadurch entstehen, daß einzelne, mehr oder weniger scharf umschriebene Stellen der Haut anschwellen und derb werden, wie es z. B. geschieht, wenn die Haut mit Brennnesseln in Berührung kommt. Die Nesselsucht besteht darin, daß plötzlich eine geringere oder größere Anzahl der eben erwähnten flachen Erhebungen der Haut auftritt, welche über den ganzen Körper oder nur über einzelne Teile desselben verstreut sind, stark jucken und brennen und oft ebenso schnell wieder verschwinden als sie gekommen sind. Diese hart anzufühlenden Hervorragungen der Haut von Linsen- bis

Thalergröße bilden den charakteristischen Ausschlag der Nesselsucht. Ihrem Ausbruche geht häufig eine gewisse Unruhe und gewisse Magenerscheinungen voraus, und sie entwickelt sich bald mit, bald ohne Fiebererscheinungen. Die Ursachen dieses Leidens sind sehr verschiedenartig, denn manche Personen werden von ihm schon durch den Anblick gewisser Speisen, z. B. von Erdbeeren, Himbeeren, Krebse, Austern, Muscheln, aber auch nach dem Genusse gewisser Arzneien (Terpentinöl, Copaivbalsam u. s. w.) befallen. Bei Anderen rufen schon an sich ganz geringfügige äußere Einwirkungen auf die Haut, wie z. B. Floh- und Mückenstiche eine große Anzahl von Quaddeln hervor. Auch innere Ursachen kommen in's Spiel, besonders Verdauungsstörungen, ebenso niederdrückende Gemütseindrücke, Störungen im Geschlechtsleben ꝛc. — Liegen diese letzteren Ursachen vor, so genügt das Trinken von frischem Wasser bis zum Brechreiz, das Einhüllen in feuchte Tücher oder ein warmes Bad. Auch gewöhne man sich an fleißiges Wassertrinken und an eine einfache Diät. Bei den erstgenannten Ursachen kann man natürlich nichts Besseres thun, als dieselben zu vermeiden, im Uebrigen jedoch den Versuch machen, durch Stärkung des Nervensystems (Willen) den Körper an den Anblick jener Nahrungsmittel zu gewöhnen, soweit dies möglich sein sollte.

Neuralgien s. Nervenschmerzen,

Nierenentzündung. Ist zu behandeln wie die Harnblasenentzündung (s. diese).

Nierengicht. Kommt es vor, daß eine Versetzung der Gicht auf die Niere oder Harnblase eintritt, so ist es nötig, täglich zwei Sitzbäder von abgeschrecktem Wasser zu nehmen, fortwährend oft gewechselte Umschläge auf die leidenden Stellen zu legen, viel Wasser zu trinken und im Uebrigen das Bett zu hüten. Dann wird der Anfall bald (1—2 Tage) vorüber sein. — Wenn die gichtischen Ablagerungen durch die Niere in die Blase geraten, dort sich anhäufen und Harnsteine bilden, so stellen sich Steinbeschwerden ein, welche man ebenfalls wie oben behandelt (s. auch Harnsteine). Reichliches Wassertrinken verhindert jedoch meist die Steinbildung, sodaß eine regelrechte Wasserkur bei Gicht eine Versetzung derselben auf die Nieren oder Blase fast ganz unmöglich macht. Gichtkranke, welche schon einmal an Steinbeschwerden gelitten haben, werden jedoch gut thun, ihre Harnwerkzeuge durch öftere Sitzbäder und äußerliche kühle Waschungen zu stärken.

Nierenschmerzen, s. unter Harnsteine und Harnverhaltung.

Nierensteine, s. Harnsteine.

Obstruktion, s. Verstopfung.

Ohnmacht. Dieselbe beruht auf einer Hemmung in der Thätigkeit des Gehirns und der Nerven, bei welcher sowohl das Bewußtsein als auch die Sinnesempfindungen bald mehr, bald weniger aufgehoben sind, der Puls nur schwach und das Atmen kaum hörbar ist. Besonders Nervenschwache, Hysterische, Bleichsüchtige, Hypochondrische und solche, welche zu Kongestionen (s. diese) geneigt sind, werden davon befallen,

und kann man der Neigung zu Ohnmachten dadurch am besten begegnen, indem man die vorliegenden Grundübel behandelt. Im Allgemeinen kann man die Anlage zu Ohnmachten durch das ableitende Verfahren, also kühle Fußbäder, Uebergießungen oder, wenn zugleich der Magen krank ist, durch Sitzbäder und Klystiere beheben. Fühlt man das Herannahen einer Ohnmacht, welches sich gewöhnlich durch Schwindel, Gähnen, Flimmern vor den Augen, Ohrenklingen, Uebelkeit und ähnliche Vorgefühle anzeigt, so trinke man frisches Wasser, besprenge das Gesicht und die Herzgrube mit frischem Wasser, sorge für reine frische Luft im Zimmer, entferne alle beengenden Kleidungsstücke und wende die Macht des Willens an, um den Anfall zu bekämpfen. — Ein eigentlicher Anfall wird durch dasselbe Verfahren, besonders durch Anspritzen des Kranken mit kühlem Wasser behoben. Ist der Anfall besonders heftig oder hartnäckig, so frottiere man die Arme und Beine, besonders die Fußsohlen tüchtig und mache zugleich um Kopf und Brust kühle Umschläge.

Ohrenschmerzen, Ohrenfluß, Ohrenklingen, Ohrensausen behandelt man am erfolgreichsten durch ableitende Fuß- und Sitzbäder, sowie örtlich mittelst Umschlägen und Ausspritzen der Ohren mit kühlem Wasser. Liegen innerliche Ursachen vor, so ist die Erzeugung eines gelinden Schweißes von vorteilhafter Wirkung. In allen Fällen ist reichliches Wassertrinken zu empfehlen. Sind die Ohrenschmerzen hartnäckiger, rheumatischer Art, so wird es nötig sein, die allgemeine, beim Rheumatismus vorgeschriebene Behandlungsart anzuwenden. (Vergleiche auch Skrofeln.)

Ohrspeicheldrüsenentzündung wird durch erwärmende Umschläge und durch das unter Ausspülen des Mundes (s. d.) angegebene Verfahren, sowie durch Schwitzen in feuchten Tüchern beseitigt. Ist skrofulöse Anlage vorhanden, so muß man selbstredend diese allgemeine Ursache zu beheben suchen.

Onanie, s. Selbstbefleckung.

Opiumvergiftung, s. unter Betäubung.

Orientalische Pest, s. Pest.

Panaritium, s. Nagelgeschwür.

Paraphimose, s. unter Tripper.

Partielle Bäder, s. die einzelnen Artikel: Arm-, Augen-, Bein-, Ellenbogen-, Fuß-, Hand-, Kopf-, Mund-, Nasen-, Sitz-, Sohlenbäder und Naturheilverfahren.

Periode, weibliche, s. Monatliche Reinigung.

Pest, s. unter Nervenfieber.

Petechien, Petechialfieber; dies sind kleine, besonders von den weichen Teilen der Haut auftretende, den Flohstichen ähnliche Blutflecken, welche häufig unter Fiebererscheinungen auftreten und besonders als Symptome anderweitiger Erkrankungen, z. B. gastrischer Zustände gelten können. Dieselben weichen in kurzer Zeit dem Schwitzen in feuchten Tüchern, Sitzbädern und einfacher, kühler Diät. Sind sie vergesellschaftet mit Krankheiten typhöser Natur, so sind sie gefährlicher Art und kommt die unter Nervenfieber angegebene Behandlung auch für sie in Betracht.

Phimose, s. unter Tripper.

Phthisis, s. Schwindsuchten.

Pocken, Blattern (Variola, Variolois). Mit dem Namen Variola bezeichnet man die eigentlichen Pocken, während man unter Variolois die durch die Kuhpockenimpfung modifizierte Form der Pocken versteht.

Die Blattern sind seit dem neunten Jahrhundert durch die Aufzeichnungen arabischer Aerzte bekannt und haben zu verschiedenen Zeiten in allen Ländern der Erde zu wiederholten Malen außerordentliche Verheerungen angerichtet. In neuerer Zeit treten die Pockenseuchen mit geringerer Heftigkeit als früher auf und nach den Angaben von Oesterlen erreicht die Sterblichkeit nicht einmal mehr ein Zehntel.

Bekanntlich hat man die Impfung mit Kuhpocken eingeführt, indem man behauptet, daß durch dieselbe der Geimpfte vor den Pocken mehr oder weniger geschützt werde oder doch, wenn er die Pocken bekommt, diese infolge der Kuhpockenimpfung in milderer Form auftreten und einen leichteren Verlauf zeigen. Die Kuhpockenimpfung wurde bekanntlich Ausgang des vorigen Jahrhunderts durch einen englischen Arzt Jenner bekannt, und ist gegenwärtig in allen Ländern gebräuchlich und in einzelnen für Jedermann gesetzlich geboten. So müssen z. B. in Deutschland sämtliche neugeborene Kinder nach dem Impfgesetz vom 4. März 1874 bis zum Ablauf des ersten Lebensjahres geimpft werden, und im zwölften Jahre wird die Impfung wiederholt (Revaccination). Gewöhnlich geschieht dies nicht direkt mit Kuhlymphe, sondern mit dem Produkt der bereits auf den Menschen übertragenen Kuhpocken, also vom Menschen selbst (von Arm zu Arm). Da sich die Erwartung, daß eine einmalige Impfung gegen die Pocken schütze, als hinfällig erwies, so griff man zur Wiederholung dieses Verfahrens. Weiterhin stellte sich jedoch heraus, daß weder die eine noch die andere Maßnahme sicher schützt, wenn — wie man zu sagen pflegt — Empfänglichkeit für Pockengift vorhanden ist. Jedoch behauptet man, daß im letzterem Falle der Verlauf der Pocken ein milderer und die Sterblichkeit in den Epidemieen eine geringere ist als früher. Diese gemilderte Form bezeichnet man mit dem Namen Variolois im Gegensatz zur schweren Form der Variola und behauptet, daß jene leichtere Form nur bei Geimpften vorkomme und sich durch kürzere Dauer und geringere Heftigkeit der Erkrankung auszeichne. Daß sich dies anders verhält, dafür bringt die Tatsache, daß leichtere Pockenformen (Varioloiden) auch schon längst vor der Impfung bei milden Pockenepidemieen beobachtet worden sind, und daß auch heute noch nicht Geimpfte nur die leichte Form (Variolois), also keineswegs immer die schwere Pockenform bekamen, oder sogar, selbst wenn sie sich der Ansteckung aussetzen, gar nicht erkranken, und daß es außerdem geschichtlich erwiesen ist, daß epidemische Krankheiten der verschiedensten Art im Laufe der Zeit ohne alle Schutzmaßregeln und ohne alles Hinzutun sich milder gestalten oder vollständig verschwinden. Ueberdies treten die Schädigungen, welche die Einimpfung von Eiter an Leben und Gesundheit hervorruft, mit zunehmender Klar-

heit an die Oeffentlichkeit, sodaß nicht nur vom Laienpublikum aus eine gewaltige antiimpflerische Strömung das zur Zeit noch in Deutschland bestehende Zwangsimpfgesetz zu beseitigen strebt, sondern auch zahlreiche, menschenfreundlich gesinnte und wahrheitsliebende Aerzte über die wissenschaftliche Unhaltbarkeit, den praktischen Unwert und die für die Volksgesundheit verderblichen Folgewirkungen der Kuhpockenimpfung allgemeine Aufklärung zu schaffen suchen.

Als Vorläufer von der Pockenerkrankung tritt Schwindel (fast immer), Kreuzschmerzen (in den meisten Fällen), Kopfschmerz, Abgeschlagenheit, Brechreiz und Erbrechen, bisweilen auch Magenschmerz und Schüttelfrost auf. Die Bluttemperatur steigt schnell bis zu ihrer größten Höhe (40 bis 41 und darüber) und erhält sich auf dieser Höhe bis zum Ausbruche des Ausschlags. Die Milz ist fast ausnahmslos geschwollen und auf dem Gaumen zeigen sich kleine rote Knötchen.

Gewöhnlich beginnt das Ausschlagsstadium nach 3 Tagen, selten früher oder später. In dem geröteten Gesicht entstehen kleine zarte Knötchen, die sich vergrößern und nach einigen Tagen in weiße flache Bläschen übergehen, die in ihrer Mitte eine eingedrückte Stelle (Tülle) oder nabelartige Einziehung hat, die charakteristisch für die Pockenpusteln ist. Seltener erfolgt der Ausbruch des Ausschlags zuerst an anderen Körpertheilen. Vom Kopfe verbreitet sich der Ausschlag innerhalb der nächsten 3—4 Tage über den übrigen Körper und zuletzt über die Fußsohlen. Gewöhnlich finden sich gleichzeitig oder sogar schon früher Pocken auf der Schleimhaut des Mundes und der Rachenhöhle, des Kehlkopfes, der Speiseröhre, der Luftröhre und ihrer Verzweigungen, auf der Bindehaut des Auges und zwar nicht blos auf der Innenfläche der Augenlider, sondern auch auf dem Augapfel und ebenso am Lidrande, und nicht selten sogar unter den Nägeln. Bei schweren Fällen dauert der Ausbruch nicht selten 6—10 Tage. Bei den leichteren Formen sinkt die Fiebertemperatur des Blutes, sobald der Ausschlag hervorgebrochen ist, schnell auf die normale Bluttemperatur, bei schwereren Formen jedoch staffelförmig und allmälig.

Während des Blütheſtadiums verwandelt sich der bis dahin klare Inhalt der Pockenpusteln in Eiter innerhalb einer halben bis zu einer Woche und es stellen sich neue Fieberbewegungen und oft in beträchtlichem Maße Eiterungsfieber ein. Aehnlich verhält es sich im Stadium der Abschuppung, welches 8—14 Tage bei leichten Formen, bei schweren 2 bis 3 Wochen dauert. Der Eiter vertrocknet zu braunen Krusten, die sich schließlich abheben. Mitunter löst sich auch in der Umgebung der Pusteln die Oberhaut in Fetzen ab; an Stelle der Pusteln bleibt ein etwas erhabener, dunkelroter, bei kühler Temperatur blau werdender Fleck zurück, der sich später zusammenzieht und sich in eine weißliche Narbe verwandelt. Das Allgemeinbefinden des Kranken ist besonders auch dadurch ein übles, daß die Affektionen auf der Schleimhaut des Halses dem Kranken große Beschwerden verursachen. Bis zum Ausbruche des Ausschlages ist das

Krankheitsgefühl immer ein sehr bedeutendes und die Fieberbewegungen werden häufig von anhaltenden Phantasieen begleitet.

Unter zusammenfließenden Pocken versteht man diejenige Form, bei welcher sobald die Vereiterung beginnt, besonders im Gesichte die verschwärenden Pocken zu einer einzigen Pockenkruste zusammenfließen, sodaß sich dieselbe wie eine zusammenhängende Maske über das Gesicht oder über größere Partien desselben erstreckt. Die unterliegende Haut ist rotlaufartig gerötet und blutet äußerst leicht. Außerdem veranlaßt das beständige Jucken und Beißen der blutig-citrigen Krusten den Kranken, die Schorfe abzukratzen, wodurch tiefgehende Verschwärungen entstehen, nach deren Verheilung das an und für sich schon mit Pockennarben bedeckte Gesicht noch mehr entstellt wird.

Unter schwarzen Pocken versteht man diejenigen Pockenformen, bei denen die einzelnen Blattern mit ausgetretenem Blute erfüllt sind, wodurch sie eine braunrote oder schwarzrote Farbe annehmen. Auch zwischen den einzelnen Pockenbläschen finden sich nicht selten kleine blaurote oder dunkelrot gefärbte Blutaustritte. Die Ursache hiervon ist eine skorbutartige Beschaffenheit des Blutes und ist die genannte Form der schwarzen Pocken eine der lebensgefährlichsten.

Außerdem werden die Pocken noch durch anderweitige schlimme Zufälle komplizirt, indem sich beispielsweise Pockenpusteln am Augenrande entwickeln, bei deren Verheilung nicht selten eine Umstülpung des Augenlides entsteht. Auch Verschwärungen des Augapfels selbst und insonderheit der Hornhaut können vorkommen. Im letzteren Falle wird infolge der Narbenbildung die Hornhaut undurchsichtig und dadurch eine relative Erblindung herbeigeführt. Außerdem kann durch Pockenpusteln, welche sich im Gehörgange gebildet haben, Schwerhörigkeit infolge von Verdeckung des Trommelfells eintreten, da in solchen Fällen häufig Ohrenfluß zurückbleibt. Anderweitige Erschwerungen der Krankheit zeigen sich durch Entzündungen der Gespeicheldrüse oder durch croupöse Affectionen (s. d. Artikel) des Kehlkopfes, der Luftröhre und der Lunge, durch Entzündung der porösen Häute (Brustfell, Herzbeutel und Gehirnhaut), ebenso wie auch die Nieren, die Leber und auch das Herz oft schwere Veränderungen in ihren Substanz erleiden.

Behandlung. „In älteren Zeiten", erzählt v. Spohr in seiner Schrift über die Behandlung der Pocken, „heilte man die bei den Soldaten ausgebrochenen Pocken dadurch, daß man sie in Marsch setzte. Ebenso sind während des Feldzugs in Frankreich 1870/71 bei vielen Offizieren und Soldaten die Pocken ohne jede andere Behandlung als Waschen während der Märsche geheilt und daher in der Statistik über die Pocken der Armee gar nicht zur Zählung gelangt. Diese Offfziere und Soldaten aber blieben ihrer kriegerischen Thätigkeit ohne jede Unterbrechung erhalten. Auch in einzelnen Lazareten im Felde wurden die Pocken lediglich mit Luft (durch Offenstehenlassen der Fenster, selbst bei großer Kälte) und milden kühlen Waschungen behandelt und zwar mit

dem glänzendsten Erfolge, indem alle so behandelten Pockenkranken genasen, die meisten sogar ohne sichtbare Narben. Dagegen hatte man in anderen, wo noch in geschlossenen Lokalen mit Arzneien behandelt wurde, bis zu 40 Prozent Todte. Hiernach muß man Dr. med. Albu völlig beistimmen, wenn er sagt, „nur schwer an den Pocken Erkrankte brauchen das Bett zu hüten" und „leichter Erkrankte genesen schnell in frischer Luft beim Gebrauch der täglichen Waschungen und Bäder." Dr. Albu behandelte 1870/71 in Kolberg 800 pockenkranke Franzosen hauptsächlich, indem er sie in der Parsante baden ließ Sie genasen alle und Dr. Albu nennt die Pocken „eine lächerliche Krankheit". Ich sah in Straßburg 1879 ein mit Pocken über und über bedecktes 6—7jähriges Kind, welches aber fast fieberlos war, in Hof und Garten umherlief und bei einer täglichen Ganzwaschung mit gestandenem Wasser in 8 Tagen genas." Diese Notizen mögen genügen, darzuthun, daß die in den Gemütern des großen Publikums noch herrschende, oft lähmende Furcht vor den Pocken eine vorwiegende von interessirten Händen künstlich gezüchtete ist. Die Pocken sind eine Ausschlagskrankheit wie die Masern, der Scharlach und andere, und erfordern, mit wenigen, durch den besonderen Charakter der Krankheit bedingten Abänderungen ganz die gleiche Behandlung wie jene. Die Naturheilkunde hat es ihren Prinzipien gemäß nicht nötig, genau zu spezialisiren. Es genügt ihr bezüglich des vorliegenden Leidens zu wissen: daß im Ausbruche der Pockenpusteln bereits ein mehr oder minder heftig an der Natur aufgenommener Kampf gegen eingedrungene dem Organismus schädliche Stoffe liegt; daß es Pflicht der Behandlung sein muß, diesen Kampf in jeder Hinsicht durch geeignete Maßnahmen zu unterstützen, alle Bedingungen für die ungestörte Entfaltung der Lebenskraft herbeizuführen und schädigende Einflüsse fernzuhalten; daß ferner ein im Verhältnis zu den vorhandenen Kräften zu starkes Fieber gemäßigt und, da der Austrag der Krankheit auf der ganzen Haut stattfindet, mithin die inneren Organe weniger mit Blut erfüllt, mithin schwächer in ihrer Funktion sind, auch in Speise und Trank nur derartiges verordnet wird, was die genannten Organe in keiner Weise überanstrengt. Wenn sich der Leser diese leitende Idee der Behandlung klar macht und alles Uebrige mit vollem Vertrauen der durch die Pocken sich ja schon helfenden Natur überläßt, wird er mit Sicherheit diese so gefürchtete Krankheit in ihrem Verlauf leiten können. Man vergesse nicht, stets mit dem Maße der vorhandenen Kraft zu rechnen und danach die Behandlung milder oder eingreifender zu gestalten. Das Maß der Kraft ist aber stets zu erkennen an dem nach den Verordnungen eintretenden Sichwohlfühlen des Patienten. Dazu kommt noch, daß, wenn gleich von Beginn der Krankheit an die Wasserbehandlung stattfindet, eine lebensgefährliche Ausschreitung des Fiebers, sowie überhaupt eine Entartung der Säfte und ein dadurch bedingter Verfall des Kranken vermieden werden. Aber selbst bei einem derartigen bereits eingetretenen Zustande ist bei einer sorgfältigst geleiteten Wasserbehandlung noch auf Genesung zu hoffen.

Man bette den Kranken luftig und kühl ohne Federbetten, nur mit einem Leintuch und einer wollenen Decke bedeckt! Die Fenster des Krankenzimmers seien ununterbrochen geöffnet, um die sich entwickelnden Ausdünstungen aus dem Raume zu entfernen. Desgleichen werde für gute Reinhaltung des Bodens Sorge getragen. Am vortheilhaftesten für den Kranken wäre es, wenn er in einem bedeckten zugfreien Schuppen, in einer Hängematte liegend, also rings von Luft umgeben, seine Krankheit durchmachen könnte. Er könnte in einer solchen Lage auch die Packungen, leichten Uebergießungen, unter Umständen auch durch die Herablassung der Hängematte, in derselben ein Bad von abgeschrecktem Wasser (besonders im Stadium der Abheilens der Pockenpusteln) nehmen. Bei Ausbruch des Fiebers gebe man dem Kranken befördernde Ganzpackungen mit nachfolgendem kühlen Halbbad oder noch besser behufs Fortschaffung des aus den Hautporen dringenden Krankheitsstoffes kühle Ganzwaschungen. Darnach ist der Kranke sofort wieder einzupacken und der Wechsel so oft vorzunehmen, als er wieder heiß wird und sich unbehaglich fühlt oder fröstelt. Im letzteren Falle packe man ihn aus, wasche ihn ab, gebe ihm nach Bedürfnis Speise und Trank und überlasse seine Natur sich selbst. Halbbäder sind als Fiebermildernd nur bei hohen Temperaturgraden nötig. Die Zahl der Packungen läßt sich nicht vorschreiben. Sie richtet sich ganz nach der Entwickelung der Krankheit. — Man achte genau auf den Stuhl, und suche ihn, wenn nötig, zu unterstützen durch Klystieren und in kaltem Wasser verrührten, als Getränk gereichten Pflaumenmus. Am klügsten verfährt man natürlich, wenn man festeren Stuhl überhaupt verhütet durch eine leichte verdauliche, vegetarische (Reis, Hirse, Graupen, Hafermehl, alle Milchspeisen, als Getränke säuerliche Limoden, Buttermilch) Kost. Doch muß auch hier nicht mit zu großer Strenge verfahren werden. In dem Wunsche des Kranken, etwas Geflügel oder Fisch genießen zu wollen, zeigt sich, besonders wenn das höchste Stadium der Krankheit überschritten ist, ebenfalls ein Wunsch der Natur, der Beachtung verdient und nicht zum Schweigen verurteilt werden soll. Etwas anders ist es mit erhitzenden Speisen und Getränken. Aber diese lehnt der Kranke schon von selbst ab.

Das Gesicht benetze man häufig (so oft als Bedürfnis seiten des Patienten vorliegt, oder das Sekret der Pusteln zum Vorschein kommt oder sich dasselbe überhaupt zu heiß anfühlt) mit einem Läppchen von alter weicher, in kühles Wasser getauchten Leinwand, welche man darnach gut auswäscht. Auch kann man leichte Lagen feiner Leinwand auf Wangen und Stirn legen, oder aber dem Kranken eine Art Leinwandmaske verfertigen.

Sobald die Abschuppung der Pocken stattfindet (bei der angegebenen Behandlung in 5—6 Tagen), genügen zum Teil (bei leichten Fällen) einfache Waschungen des Körpers. In schwereren Fällen hat man gerade in dieser Zeit täglich 1—2 leichte Packungen, unter Umständen auch ein lauwarmes Vollbad zu geben, damit das lästige Jucken gemildert und

eine Narbenbildung womöglich gänzlich vermieden wird. — Bei nur teilweise am Körper auftretenden Pocken genügen Teilpackungen; bei überhaupt leichterem Charakter der ganzen Krankheit täglich 2—3 Waschungen und äußerlich luftiges, innerlich kühles Verhalten.

Podagra s. Gicht.

Pollutionen. Hiermit bezeichnet man unfreiwillige Samenergießungen, welche bei Männern häufig bei hohen geschlechtlichen Erregungen ohne Befriedigung derselben, häufiger noch ohne Kenntnis der Betreffenden während des Schlafes sich einstellen. Treten dieselben nicht zu oft auf, so wirken sie weder entkräftend noch sonst wie schädigend auf den Organismus, sind vielmehr als eine natürliche und entlastende Selbsthilfe der Natur zu betrachten, besonders bei heranwachsenden kräftigen Männern, die den Verkehr mit dem weiblichen Geschlechte noch nicht suchen, oder bei jungen Wittwern, bei welchen eine plötzliche Unterbrechung der geschlechtlichen Gewöhnung stattfand. Diese Samenergießungen werden jedoch, wenn sie öfter als aller 8 bis 14 Tage, also unter Umständen in jeder Nacht, und — wie es häufig geschieht — sogar mehrmals in einer Nacht auftreten, zu einer bedeutenden Gefahr für den Organismus. Werden nicht rechtzeitig die geeigneten, stärkenden und ableitenden Mittel angewendet, so stellt sich allmälig wirklicher Samenfluß ein, in welchem Zustande der Same auch bei Tage, bei jeder die Sinne reizenden Vorstellung oder beim Anblick üppiger weiblicher Formen sich ergießt; oft erfolgen hier die Ausleerungen ohne jede wollüstige Erregung und Steifung des Gliedes. Die weitere Folge bildet dann die Impotenz, das männliche Unvermögen zum Beischlafe, bei welcher die Samenentleerung erfolgt, noch ehe das männliche Glied in die weibliche Scheide einzudringen vermag. Bald stellt sich dann auch eine allgemeine Schwäche und Abmagerung ein, das Feuer des Auges erlischt, die Sinne stumpfen ab, die geistige Schärfe und Lebhaftigkeit vermindert sich, und der unglückliche Kranke verfällt der schwersten Hypochondrie. Zu gleicher Zeit gesellt sich häufig noch eine eigenartige Empfindung im Rückgrate hinzu, das sogenannte Ameisenlaufen, ferner Schwäche der unteren Gliedmaßen, welche endgiltig in völlige Lähmung übergeht, das ist die Rückendarre (s. d.) — Die Ursachen dieser krankhaften Samenergießungen und ihrer traurigen Folgen sind vorwiegend in dem Laster der Selbstbefleckung zu suchen, sodann in zu häufig ausgeübtem Beischlafe und zum Teil durch den Gebrauch sogenannter Aphrodisiaca, d. i.: Mitteln um Erektion zu erzeugen. Auch kann zur Verschlimmerung des Uebels die geistige Onanie viel betragen, also zu häufige Beschäftigung der Phantasie mit unzüchtigen Bildern. Endlich können auch übermäßiges Stillsitzen und Studiren, reizende Nahrungsweise oder örtliche Erkrankungen der Harnwerkzeuge und des Mastdarmes die Veranlassung zu der Krankheit bilden, weil sie entweder eine große Schwäche der den Samen ausführenden Organe bedingen oder als heftiger und andauernder Reiz auf dieselben einwirken.

Auch bei diesem schweren Leiden mit allen seinen traurigen Folgen,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

zu denen auch die weibliche Unfruchtbarkeit zu rechnen ist, da sie in den zahlreichsten Fällen auf denselben genannten Ursachen beruht, ist die Wasserkur, verbunden mit einer streng geregelten, sowohl körperlichen als geistigen Diät, das beste und sicherste, ja vielleicht sogar das einzige Heilmittel. Man trinke reichlich frisches Wasser zur Erneuerung und Auffrischung des Säftestromes, doch vermeide man sorgsam vor dem Schlafengehen jede Zuführung von Wasser. Man bade und wasche den Körper täglich, und zwar mit Wasser von um so kühlerer Temperatur, je weniger weit das Uebel vorgeschritten ist. Im anderen Falle beginne man mit milden Temperaturgraden und gehe mit denselben allmälig herunter. Von ausgezeichneter Wirkung sind täglich, Vor- und Nachmittags, doch spätestens 3 Stunden vor dem Schlafengehen zu nehmende Sitzbäder von kurzer Dauer und kühler Temperatur. Ferner wende man Douchen an, wobei man den Strahl vorzüglich auf das Rückgrat fallen läßt und zu gleicher Zeit die Teile um die Schamgegend mit einem in kühles Wasser getauchten Schwamme wäscht. Vor dem Schlafengehen sind sodann noch als speziell ableitend Umschläge um den Nacken, Hinterkopfbäder und Fußsohlenbäder anzuwenden. Hat man keine Douche zur Verfügung, so lasse man sich mehrere Male am Tage kühl übergießen auch vor dem Schlafengehen, oder man gebrauche die Brause (s. unter Regenbäder) täglich mehrere Male mindestens zehn Minuten lang. Schwitzpackungen sind nur dann vorzunehmen, wenn man die Ursache in unreinen Körpersäften, in sogenannten Schärfen des Blutes zu suchen hat. Hier ist dann auch im Uebrigen das umstimmende Verfahren (s. Naturheilverfahren) anzuwenden. — Sinnliche Aufregungen aller Art, ebenso alle erhitzenden und erschlaffenden, alle fetten, blähenden, stark ernährenden, schwer verdaulichen und besonders auf die Thätigkeit der Nieren wirkenden Speisen und Getränke müssen, besonders abends, streng gemieden werden. So ist besonders der Genuß von Sellerie, Petersilie, Zwiebeln, Meerrettig, Chokolade, Häringen verboten. Die Diät sei ganz einfach und mild und und reizlos nährend; also viel Obst und Brod, Milch, leicht verdauliche Gemüse und von Fleisch höchstens Geflügel und Kalbfleisch. — Der Kranke gehe viel, auch bis zur körperlichen Ermüdung, im Freien spazieren; suche sich angenehm zu beschäftigen und zu unterhalten, schlafe auf Matratzen (bei Vermeidung der Rückenlage, und Benutzung leichter Decken) und stehe früh und gleich nach dem Erwachen auf. — In allen vorgeschrittenen Fällen muß das ganze Heilverfahren zuerst die mehr oder minder erschöpfte Lebenskraft zu heben suchen (s. stärkendes Verfahren), um dadurch erst örtliche Abhärtung und Stärkung wirksam zu machen. Die individuelle Anpassung der Behandlung ist um so dringender geboten, weil im anderen Falle, d. i. bei zu eingreifenden Maßnahmen, der Kranke nur um so schneller zu Grunde gerichtet würde.

Auch während des Gebrauchs einer vollen Wasserkur bei anderen Allgemeinleiden treten oftmals Pollutionen auf. In diesem Falle muß die Wasserkur entweder für einige Zeit, also bis jene Unfälle nicht mehr

auftreten, ausgesetzt werden, oder aber in ihren Anwendungsformen gemäßigt werden. Der Kranke lasse sich außerdem vor der Zeit, in welcher gewöhnlich die unwillkürlichen Samenergießungen stattfinden, wecken und nehme ein kühles Sitzbad von 1/4 bis 1/2stündiger Dauer; auch während des Tages nehme er mehrere Sitzbäder und suche sich durch viel Bewegung im Freien zu ermüden. Sollte der Kranke erst nach der Samenentleerung erwachen, so nehme er gleich ein circa halbstündiges Sitzbad, durch welches die erschöpfende Wirkung der Pollutionen sehr herabgemindert und die erregten Theile sehr beruhigt und gekräftigt würden. (Vergl. Selbstbefleckung.)

Polypen. Diese weichen, grau oder rot gefärbten Wucherungen der Nasenschleimhaut sind meist die Folge chronischer Magenkatarrhe, und sitzen entweder mit Stiel oder mit breiter Fläche auf der Nasenschleimhaut. Anfänglich keine Beschwerden verursachend, verlegen sie beim Größerwerden die Nasenhöhlen und beeinträchtigen die Atmung, den Geruch, die Sprache und das Schlucken. Die Kranken sind meistens genöthigt, mit offenem Munde zu schlafen. Gewöhnlich ist ein chronischer Nasenkatarrh mit eitriger, übelriechender Absonderung daneben noch vorhanden. — Bei denjenigen Polypen, welche in der Nase, dem Halse, der Gebärmutter und der Scheide vorkommen, macht sich in der Mehrzahl der Fälle eine rein mechanische Entfernung derselben nothwendig und tritt dann gewöhnlich überraschend schnell eine Besserung im Allgemeinbefinden des Patienten ein. Doch hat sich auch die Beihülfe des Wassers als zweckdienlich bewährt; dieselbe bestehet in örtlichen Waschungen und Umschlägen, wodurch die gesamten in Mitleidenschaft gezogenen Teile gestärkt und gekräftigt werden, die mechanische Entfernung der Polypen um so leichter von statten geht und eine um so schnellere Aufbesserung der Kräfte vorbereitet wird.

Pulsadergeschwülste s. Aneurismen.

Purpura s. Petechien.

Quecksilber- (Mercurial-) **siechtum.** Wir handeln unter diesem Kapitel auch zugleich das Arzneisiechtum überhaupt ab, über dessen Natur wir schon früher einiges sagten. Was das Quecksilber vom Standpunkte der allgemeinen Gesundheitspflege betrifft, so ist bekannt, wie vielfältig dasselbe mit dem menschlichen Körper in Berührung kommt, denn es geschieht dies nicht blos bei der bergmännischen Gewinnung desselben, sondern auch bei der gewerblichen Verarbeitung des Quecksilbers zu den manichfaltigen Erzeugnissen der Industrie, zu chemischen Präparaten und zu ärztlichen, therapeutischen Mitteln; also zu sogenannten Heilmitteln. — Die Einwirkung des Quecksilbers auf den menschlichen Körper kann eine manichfache sein, da dasselbe bekanntlich ein so leicht verflüchtigbares Metall ist, daß es die Atmosphäre mit den feuchten Metallatomen zu schwängern im Stande ist, und alsdann durch die Atmungsorgane in den menschlichen Körper eindringt. Kraft seiner außerordentlichen Theilbarkeit in unendlich kleine Teile, vermag dasselbe auch in die Hauptporen ein-

zudringen, und auf diese Weise in die Säftemasse des Körpers (Lymph- und Blutgefäße) zu gelangen, z. B. in Form von grauer (Quecksilber-) Salbe, die auf den Rezepten mit: Ungt. eine Abkürzung für unguentum, d. i. Salbe, hydrargyr., Abkürzung für hydrargyri (hydrargyrum = Quecksilber), einer., Abkürzung für einereum = grau) bezeichnet und bekanntlich in die Haut eingerieben wird. Auch in Form von Räucherungen kann das Quecksilber in luftförmiger Gestalt, sei es durch die Atmungswege der Lunge oder auf dem Wege der Hautatmung in den menschlichen Körper gelangen, um daselbst seine verderblichen Wirkungen zu entfalten; abgesehen davon, daß es auch noch in anderweitiger nicht metallischer Form dem menschlichen Verdauungsapparate als angebliches Heilmittel, ebenso wie in Form von Einspritzungen unter die Haut (subcutane Injection) der Sphäre des organischen Lebens einverleibt wird, z. B. in Form einer chemischen Verbindung von Quecksilber und Chlor als Sublimat und als Calomel. Daß das Sublimat, eines der schärfsten gesundheits- und lebensfeindlichen Stoffe ist, wurde im Jahrgang 1889 des „Natur- und Volksarztes" unter der Rubrik: „Enthüllungen aus der lateinischen Küche" dargethan. Sublimat und Calomel werden beispielsweise in der nachstehend angegebenen Weise verordnet. Hydr = Hydrargyrum (Quecksilber) bichl. = bichloratum d. i. doppelt Salzsaures, corr. = corrosivum d. i. anätzend (also: Hydr., bichl. corr. oder was dasselbe ist: Sublimat; oder Merc., subl., corros. = Sublimat. Es entsteht nun die Frage: welche Wirkungen das Quecksilber auf den menschlichen Organismus ausübt.

Man mag in der Geschichte des Quecksilbers nachforschen, bei allen Völkern und zu allen Zeiten hat dasselbe nun und nimmer einen wohlthätigen, gesundheitsfördernden Einfluß auf den menschlichen Körper ausgeübt. Im Gegentheil, überall und zu jeder Zeit ist der verderbliche Einfluß des Quecksilbers auf den menschlichen Körper anerkannt worden, und mit Ausnahme des Eisens sind überhaupt alle metallischen Körper fremdartige oder aber schädliche Stoffe für den menschlichen Organismus. Deshalb zieht sich auch, von den das Quecksilber gewinnenden Bergleuten angefangen, durch alle Hantirungen mit Quecksilber, wie sie in Gewerbe und Industrie erforderlich sind, eine lange Reihe schädlicher Einwirkungen, wodurch nicht allein die Ursache zu zahlreichen Erkrankungen, sondern auch zu lebenslänglichem Siechtum gegeben ist, und dieses Siechtum sich nicht blos auf den Einzelnen beschränkt, sondern sich auch noch zweifelsohne bis auf die nächste Generation verpflanzt.

Um die unheilvollen Einwirkungen des Quecksilbers auf den menschlichen Körper, wie sie schon allein durch die bloße Einatmung des Quecksilberdunstes gegeben sind, deutlich zu erkennen, dürfen wir nur die manigfachen Vorkehrungen mustern, (reichliche Ventilation der Arbeiterwohnungen, Badeeinrichtungen und besondere Verproviantirung) wie sie für die Arbeiter in den Quecksilberbergwerken getroffen sind, oder uns an die überaus schädlichen Einwirkungen erinnern, die das Auskochen von werthvollen

Barometern, (die mit ganz besonderer Ausdauer und Sorgfalt ausgekocht werden müssen, um auch die geringfügigsten Spuren etwa noch vorhandener Luft zu entfernen) verursacht und die deshalb auch nur sehr ungern ausgeführt wird. Ist es doch geschehen, daß noch nach Jahren die giftigen Einwirkungen einer vormaligen Werkstätte, in welcher Quecksilber verarbeitet wurde, Gesundheit und Leben einer Anzahl Menschen zerstörten. Denn in einer Wohnung in Berlin (S. Caspar: Gerichtliche Medicin) erkrankten nach und nach alle Mitglieder einer Familie an den Erscheinungen einer Quecksilbervergiftung, und als diese Familie die Wohnung wechselte und eine anderweitige Partei dieselbe bezog, die neuen Insassen an Quecksilbervergiftung erkrankten und schweres Quecksilbersiechtum ihre Gesundheit erschütterte und ihr Leben bedrohte, wurde der gesundheitsschädliche Einfluß dieser Wohnung offenbar, und man forschte nach der Ursache. Als man zu diesem Behufe die Dielen aufriß, fand man zahlreiche Quecksilbertropfen unter denselben verteilt, welche nur durch die Ritzen der Dielen dahin gelangt sein konnten, und man erinnerte sich, daß dieses Zimmer früher einmal einem Mechanicus, welcher sich mit dem Auskochen von Barometern beschäftigte, als Werkstätte gedient hatte.

Was nun das Quecksilber vom Standpunkte der praktischen Heilkunde anlangt, so begegnet uns hier dasselbe als ein „Heilmittel", dessen Ruf bis in die ältesten Zeiten hinaufreicht, denn es war bereits den Griechen und Römern in ihrer Anwendung gegen die Syphilis bekannt und die graue (Quecksilber-) Salbe war den arabischen Aerzten Rhazes und Avicenna schon bekannt. Daher behandelt auch die medicinische Literatur aller Zeiten und Länder das Quecksilber als Heilmittel und es giebt vom metallischen Quecksilber bis zu den zusammengesetztesten chemischen Verbindungen des Quecksilbers (Quecksilberpräparate) kein einziges Präparat, welches nicht einen Vertreter in der Heilkunde gefunden, und von diesem als eine Heilpotenz (Heilkraft) ausgegeben worden wäre.

Es ist nun vor allen Dingen die Frage, ob nicht gerade darin ein unlösbarer Widerspruch gegeben ist, daß ein und dieselbe Substanz, welche vom gesundheitlichen Standpunkte aus als im höchsten Maße schädlich erkannt worden ist, auf dem Gebiete der praktischen Heilkunde eine heilkräftige Wirkung entfalten soll? Und lehrt nicht die Naturheilkunde, daß überhaupt nur diejenigen Stoffe und Medien, die den lebenden Organismus gesund erhalten, mithin die Grund- und Lebensbedingung desselben bilden, auch nur einzig und allein im Stande sein können, den kranken Organismus in wohlthätiger, den Wiedergenesungsprozeß unterstützender und fördernder Weise zu beeinflussen? Auf dem gesammten Gebiete der Gesundheitspflege wird man vergeblich nach einem Beispiele suchen, daß ein der menschlichen Gesundheit schädlicher Stoff im Stande, sei, auf den erkrankten menschlichen Organismus eine gesundmachende, oder überhaupt wohlthätige Wirkung auszuüben. Dies gilt nicht blos vom Quecksilber, sondern auch von allen anderen, dem menschlichen Körper fremdartigen, oder feindseligen Droguen und Arzneistoffen und eine der Grundlehren der Naturheilkunde

lautet ja: daß alle diejenigen Stoffe und Elemente, welche zur Erhaltung der Gesundheit und des Lebens dienen, einzig und allein auch im Stande sind, die verloren gegangene Gesundheit wieder herzustellen. Vielleicht könnte man sagen: Nun es giebt ja Menschen, welche Arsenik und Sublimat angeblich ohne Schaden für ihre Gesundheit oder doch mindestens ohne unmittelbar schädliche Folgen verzehren. Dies ist aber kein Beweis für den gesundheitlichen Werth dieser Stoffe, sondern nur ein Beweis dafür, daß der Wahnwitz des Arzneimittelaberglaubens unbegrenzt ist, und daß die Natur auch hinsichtlich der Abwehr feindseliger Einflüsse unvergleichlich vielvermögend ist. Weder das schärfste logische Denken, ebensowenig wie der gesunde Menschenverstand sind im Stande, die widersinnige Lehre der allopathischen Schulmedicin zu begreifen, daß ein giftiger Stoff, der einen gesunden, also noch mit vollen Kräften ausgestatteten Menschen an seiner Gesundheit oder selbst an seinem Leben schädigt, zugleich eine Heilpotenz sein, d. h. im Stande sein soll, einen kranken Menschen, dessen Nerven- und Blutkräfte mehr oder weniger erschöpft sind, und dem es an Schlaf und an Verdauungskraft fehlt, zu heilen. Allerdings könnte man hierauf erwidern: Was haben denn die Lehren der allopathischen Schule mit den Gesetzen der Logik und des gesunden Menschenverstandes zu thun, da sie doch ihre dogmatischen Satzungen einzig und allein aus der rohesten Erfahrung ableitet und demnach nicht nach der logischen Begründung fragt, sondern ihre Erfahrungssätze selbst für Logik und Wissenschaft hält, oder doch sie dafür ausgiebt.

Die allopathische Medicin prüft die Naturstoffe hinsichtlich ihrer Wirkung auf den erkrankten menschlichen Körper und beobachtet die Wirkungen, welche jene auf ihn hervorbringen. Wenn nun bei, unter oder trotz der Anwendung dieser Stoffe die vorhandenen Störungen in den Functionen des Körpers wieder zur gesunden Regelrechtheit (Norm) zurückkehren, so schlußfolgert sie, daß dem betreffende Stoffe eine bestimmte heilende Kraft innewohne und der betreffende Stoff wird von Stund an zum Heilmittel erhoben. Wenn nun bei wiederholter Anwendung eines solchen Stoffes in einer gleichen oder doch ähnlichen Krankheit der erwartete Erfolg nicht eintritt, so begnügt man sich mit dem: „Keine Regel ohne Ausnahme“ und spricht von einer Anomalie. Wachsen aber die Ausnahmefälle über die Regel hinaus, so tun sich wieder anderweitige Hinterpförtchen auf und man hilft sich damit, daß man sagt: „Es fehlte an der Kunst zu individualisiren.“ — Hierzu kommt noch, daß wenn man Naturstoffe auf ihre heilende Potenz prüft, die Beobachtung nur zu oft dadurch getrübt wird, daß sie von einer vorgefaßten Meinung, nämlich von der Erwartung des sicher eintretenden Erfolges derartig beeinträchtigt wird, daß der Beobachter schließlich nur das sieht, was er von vornherein zu sehen wünscht und somit jeder Gedanke an die dem lebenden Körper innewohnende Naturheilkraft zurückgedrängt wird, mithin alle die großartigen Wirkungen des dem Organismus eingeborenen Naturheiltriebes gar nicht in Rechnung gebracht werden. Es ist leicht

ersichtlich, wieviele Täuschungen und Irrtümer sich auf diese Art in die sich entwickelnde Arzneimittellehre im Laufe der Zeit einschleichen mußten, „und wieviele Hypothesen und Märchen über die Wirkungen der Arzneimittel den Baum der Erkenntnis der Naturheilkraft umranken". — — —

Dr. Wunde teilt die Arzneikrankheiten in zwei Hauptklassen: 1) in solche, bei denen der Organismus durch Anwendung starker Mittel und deren häufige Wiederholung zu Grunde gerichtet ist und seine Functionen mehr oder weniger beeinträchtigt sind und 2) in solche, bei denen die im Körper noch vorhandenen Arzneigifte ein fortwährendes Siechthum erzeugen. Die letzteren kann man wieder unterscheiden in solche, welche allein das den Körper beherrschende Leiden verursachen und in solche, welche mit den schädlichen Krankheitsstoffen sich so arg vermischt haben und wechselweise mit denselben wirken, daß man sie schwer von einander zu unterscheiden vermag. In allen Fällen hat jedoch der Organismus mehr oder weniger mitgelitten. Durch die langen Kämpfe gegen die eingeführten Gifte ist die Lebenskraft unterdrückt worden und erholt sich nur langsam wieder, vorausgesetzt, daß überhaupt noch vollständige Heilung möglich ist, und man sich nicht vielleicht mit einer einfachen Linderung der Leiden begnügen muß.

Die Behandlung muß sich daher ebensowol nach den charakteristischen Einzelleiden richten, als auch ununterbrochen den gesammten Kräftezustand des Patienten im Auge behalten. Je milder die anfänglichen Maßnahmen sind mit fortschreitender Verstärkung, je sicherer wird der Erfolg sein. Die Diät sei mäßig, vorwiegend vegetarisch; viel Bewegung in freier Luft, und Enthaltung sowohl des Geschlechtsgenusses als auch anstrengender, die Lebenskraft verzehrender geistiger Arbeit. Geduld und Ausdauer sind unerläßliche Vorbedingungen, da lange Zeit (oft Jahre), die Behandlung fortgesetzt werden muß, ehe der Körper vollständig sich aus den Sklavenketten der Gifte wieder befreit hat. Beginnt man die Kur gleich mit zu eingreifenden Maßnahmen, so würde die wenige noch Lebenskraft zu heftig aufgerüttelt werden, der Kranke würde sich bald darauf noch schlimmer fühlen, die Geduld verlieren, oder aber gar zu Grunde gerichtet werden. — Diejenigen Kranken jedoch, welche die Arzneigifte neben ihrer Krankheit in sich führen, meistens ohne es zu wissen, bedürfen einer anderen Behandlung. In diesem Falle bedarf der Körper einer kräftigen Anregung, um den Kampf gegen das Gift aufzunehmen, um dasselbe frei zu machen und ausscheiden zu können. Hier sind Schwitzpackungen, reichliches Wassertrinken geboten, ebenso eine Kräftigung des ganzen Körpers durch einfache aber stärkende Kost. Hier kommt alles darauf an, den Stoffwechsel zu einem bewegteren zu machen und ihn fortgesetzt zu fördern. Doch darf auch hier die Kur nicht über das Maß der vorhandenen Kräfte angewendet werden und müssen ihre einzelnen Maßnahmen stets unter Berücksichtigung des noch vorliegenden besonderen Leidens stattfinden. Einwicklungen in nasse Leintücher, längere Schwitzpackungen, Douchen, ganze- und Sitzbäder, Umschläge, Klystiere ꝛc. über

haupt die ganze Wasserkur muß in gegenseitig sich unterstützenden Anwendungsformen Verwendung finden, und gehören daher solche Kranke am besten in eine Anstalt. Sind die Drüsen in Mitleidenschaft gezogen, (was bei Quecksilbersiechtum nicht der Fall ist) so sei die Temperatur des Wassers anfänglich mehr warm als kühl und man suche den Körper erst durch Umschläge und Abwaschungen mit abgeschrecktem Wasser, vegetarischer Kost und sonstigen Abhärtungsverordnungen auf eine strengere Kur vorzubereiten. Ist der Kranke so schwach, daß er überhaupt das kühle Wasser nicht zu ertragen vermag, so beschränke man sich einfach auf die diätetische und die Luft-Behandlung, und beginne erst nach Monaten mit der Wasserkur. — Sind große Knochenschmerzen, Knochenauftreibungen ꝛc. vorhanden, so gebe man die Douche. Bei Geschwüren wende man nur erregende Umschläge an; nur dann, wenn sie zu sehr an Ausdehnung gewinnen (was leicht der Fall ist), bade man lau und belege sie mit weicher Leinwand. Oft auch kommt es vor, daß am Unterleibe große Geschwüre auftreten; man behandle dieselben mit erregenden Kompressen und Schwitzpackungen. Ein sicheres Zeichen für die Wirksamkeit der Kur oder aber, wenn keine besondere Behandlung stattfindet, als entscheidende Selbsthilfe der Natur ist der Speichelfluß zu betrachten, welcher bei sich hebendem Quecksilbersiechtum niemals fehlt. Man unterstütze dies noch dadurch, daß man Wasser in den Mund nimmt, und dieses, wenn es warm wird, wieder ausspuckt. Manchmal auch sind das Gesicht und die Glieder der Arzneikranken mit einer Menge von Geschwüren, Karbunkeln, Ausschlägen ꝛc. bedeckt. Es ist dies ein erfreuliches Zeichen, daß die Natur auf diese Weise das ihrem Wesen fremde Gift von sich stößt, und es wäre Unterdrückung dieser Ausschläge eine neue schwere Versündigung an der Naturheilkraft. Man behandelt diese Geschwüre ꝛc., wie bereits erwähnt, mit erregenden Umschlägen, bei vorhandenen großen Schmerzen außerdem noch mit lauen Bädern. In der freien Zeit belege man die Geschwüre mit trockener, weicher alter Leinwand. Die Diät muß bei der Behandlung des Arzneisiechtum's eine vorwiegend vegetarische sein. Grüne Gemüse, Hülsenfrüchte, Obst, Brod und Milch sollen die Hauptnahrungsmittel bilden. Ganz besonders aber kommt es darauf an, durch Zuführung von reichlichen warmen Getränken fortgesetzt das Ausscheidungsbestreben der Natur durch die Haut, die Nieren und die Schleimhäute des Halses zu unterstützen. Der Kranke sollte täglich $1\frac{1}{2}$—2 Liter warmes Wasser, welchem durch eine beliebige Theeart ein Geschmack gegeben wird, zu sich nehmen. Unter Umständen ist dann noch die Tätigkeit der Nieren durch aufgelegte Extrakon.pressen besonders anzuregen. Ueberhaupt sei aus gleichem Grunde das Allgemeinverhalten ein warmes. Deshalb finden derartige Kuren am erfolgreichsten zum Sommer statt; im Winter sind sie meist langwierig und trotz allem nicht von durchgreifendem Erfolge.

Quetschungen. Man behandelt alle durch Druck, Stoß, Fall, Schlag oder irgendwelche andere mechanische Einwirkungen entstandene Quetschungen am besten mit kühlen Kompressen oder Umschlägen. Die-

selben werden je nach der Höhe der eingetretenen Entzündung mehr oder weniger naß gehalten und dementsprechend gewechselt. Das Gefühl des Kranken ist hierbei maßgebend. Bei sehr starken Entzündungen wende man ableitende Bäder an benachbarten Organen an; z. B. bei Quetschungen am Arme Handbäder, am Beine Fußbäder, an den Füßen Sitzbäder oder Wicklungen oder Kompressen an den Waden oder Oberschenkeln. Eine milde, mäßige, vorwiegend kühle Diät, außerdem Wassertrinken nach Verlangen, wenn nötig noch Einhüllungen in feuchte Tücher beugen einem Wundfieber rechtzeitig vor. Oertlich wende man dann endgiltig noch einige Bäder oder Uebergießungen an, und überlasse die Heilung ruhig der Natur. Werden, wie es gerade die Medicinwissenschaft hier mit Vorliebe tut, Salben eingerieben oder Bleiwasserumschläge gemacht, so verschlimmert sich stets das Leiden viel mehr als es im anderen Falle geschehen wäre, und es dauert dann oft Wochen oder Monate, ehe eine Heilung erzielt werden kann. In den häufigsten Fällen tritt diese erst dann ein, wenn dem Patienten die Geduld ausgegangen ist und er mit allem Medicinieren aufhört. Häufig bleiben dann jedoch noch Schwäche in den Knochen oder andere Uebelstände zurück, welche der Körper erst allmählich zu überwinden vermag.

Rachenbäder, s. Ausspülen des Mundes.

Raserei oder Tobsucht ist eine von denjenigen geistigen Leiden, welche am ehesten einer Behandlung mit kühlem Wasser weichen. Die kühlende, herabstimmende Methode (s. Naturheilverfahren) ist hier anzuwenden. Die Krankheit hat große Aehnlichkeit mit der Hirnentzündung (s. d.), und unterscheidet sich von dieser nur durch das fehlende Fieber und durch ihre längere Dauer. Da der Kopf des Rasenden sich immer heiß anfühlt, so haben schon ältere Aerzte durch Begießungen und Umschläge um den Kopf bedeutende Erfolge erzielt. So erzählen Frölich und Reuß von der Heilung Rasender durch Wasser; desgleichen Horn, welcher die Betreffenden mit sehr kaltem Wasser übergoß, während sie im lauen Bade saßen. Theodor Hahn erzielte zahlreiche Heilungen durch Wassertrinken und kühle Bäder. Das Auflegen von Eisbeutel, welches jetzt auch vielfach in Irrenanstalten angewendet wird, müssen wir vom Standpunkte der Naturheilkunde verurteilen, weil dadurch eine Ueberreizung und infolgedessen nachträgliche Schwächung herbeigeführt wird. Vergl. auch Narrheit, Geisteskrankheiten und Wahnsinn.

Rausch, s. Trunkenheit.

Regenbäder. Prießnitz nannte diese Bäder eine Spielerei, welche durch eine Waschung oder irgend ein anderes Bad zu ersetzen wäre. Die Erfahrung hat jedoch gezeigt, daß die Regenbäder überall dort, wo die Douche als zu angreifend nicht vertragen wird, mild anregend auf das Nervensystem wirken. Sie leisten vorzügliche Dienste (auch als Ersatz der Vollbäder) bei nervenschwachen Personen, die an Congestionen leiden, ferner bei Brustkranken, ferner bei Unterleibsleiden, Hämorrhiden ꝛc. In letzteren Fällen müssen die Regenbäder von unten durch Druck nach auf-

wärts an die gewünschten Stellen geleitet werden. — Man kann sich derartige Regen- (auch Trauf- oder Tropf-) bäder auf ganz einfache Weise herstellen, indem man entweder an einem Douchapparat noch eine Vorrichtung anbringt, welche den Wasserstrahl in feinerer Verteilung und gleicherweise auf den ganzen Körper fallen läßt, oder aber von einer zweiten Person das Wasser mittelst einer Gießkanne übergießen läßt. Die Temperatur des Wassers nehme man anfänglich um so wärmer, je nervöser und reizbarer der Patient ist.

Reiben, s. Frottieren.

Rachitis, s. Englische Krankheit.

Rheumatische Brustschmerzen, s. Brustschmerzen und Rheumatismus.

Rheumatische Geruch- und Geschmacklosigkeit, s. Geschmacklosigkeit und Rheumatismus.

Rheumatische Kolik, s. Kolik und Rheumatismus.

Rheumatische Kopfschmerzen, s. Kopfschmerzen und Rheumatismus.

Rheumatisches Fieber, s. Rheumatismus und Entzündungsfieber.

Rheumatische Taubheit, s. Taubheit und Rheumatismus.

Rheumatische Zahnschmerzen, s. Rheumatismus und Zahnschmerzen.

Rheumatismus. Das Wort Rheuma, zu deutsch „Fluß", bezeichnet die Vorstellungen, welche man früher mit dem Begriff des Rheumatismus verband. Man glaubte, daß eine scharfer Stoff im Gehirn erzeugt werde, und von da aus durch den ganzen Körper verteilt werde. Aus diesem Umherfließen des Krankheitsstoffes im Körper erklärte man sich den Umstand, daß der Rheumatismus oft seinen Ort wechselt, indem er von einem ergriffenen Körperteil auf einen anderen übergeht. Später nahm man an, daß alle Erkältungskrankheiten mehr oder weniger rheumatischer Natur sei, und sprach deshalb auch von rheumatischen Augen- und Unterleibsentzündungen. Gegenwärtig begreift man unter dem Namen Rheumatismus die entzündlichen Prozesse, welche die einzelnen Bestandteile der Bewegungsorgane (Muskeln, Gelenke, Nerven, Knochen) ergreifen und von größeren oder geringeren Schmerzen begleitet sind. Als Entstehungsursache betrachtet man schwere Erkältungen des schwitzenden Körpers. Eine Eigenartigkeit des Rheumatismus ist seine Neigung zu ändern und überzuspringen von einem Körperteil zu einem anderen. Die Naturheilkunde betrachtet nicht allein die plötzliche Unterdrückung der absondernden Tätigkeit der Schweißdrüsen, sondern auch die Beschaffenheit des Blutes als ursächliche Momente für die Entstehung des Rheumatismus, wofür sie die Beschaffenheit des Schweißes und des Harns geltend macht.

1. Muskelrheumatismus. Derselbe befällt einzelne Muskeln

oder ganze Muskelgruppen, welche ihre Funktionsthätigkeit verlieren und bei Bewegungsversuchen die an sich schon bestehenden dumpfen oder reißenden Schmerzen vermehren. Oft ist ein Gefühl von Kälte und Erstarrung in dem leidenden Teil vorhanden. Die Haut zeigt dabei keine nachweisbaren Veränderungen, ebensowenig sind Anschwellungen zu bemerken. Derselbe verharrt entweder in denselben Muskeln oder springt auf anderweitige Muskeln und Muskelgruppen über. Gewöhnlich ist Fieber nicht vorhanden.

Der Rheumatismus der Kopfmuskeln und Kopfschwarte (Kopfgicht) entsteht fast immer durch Einwirkung kalter Zugluft und setzt sich bisweilen auch auf die Augenmuskeln und die Gesichtsmuskeln fort. Die Kopfhaut ist hierbei außerordentlich schmerzhaft und die leiseste Berührung, desgleichen ebenso wie Bedeckung derselben wie Blutandrang nach dem Kopfe vermehren die Schmerzen bedeutend.

Die übrigen Muskelgruppen, welche vom Rheumatismus vorzugsweise befallen werden, sind die Halsmuskeln, die Brust-, die Bauch-, die Lendenmuskeln und die Muskeln der Gliedmaßen; z. B. des Ober- und Unterschenkels und jene der Schulter. Im ersteren Falle ist Steifigkeit des Halses vorhanden und derselbe nach der kranken Seite hin gerichtet, sodaß sich der Patient nicht umsehen kann, ohne den ganzen Körper zu bewegen. Der Rheumatismus der Brustmuskeln ist gewöhnlich halbseitig und verursacht Seitenstechen (sogenannter falscher Seitenstich, der mit Brustfellentzündung nicht verwechselt werden kann, da das Fieber und der Husten fehlen). Der Rheumatismus der Bauchmuskeln verursacht heftige Schmerzen, die durch Husten, Niesen ꝛc. vermehrt werden. Der weit mehr unter dem Namen Hexenschuß bekannte Rheumatismus der Lendenmuskeln hat seinen Sitz auf beiden Seiten des unteren Teils vom Rückgrat (am Kreuz) und macht das Bücken und ähnliche Bewegungen der Wirbelsäule unmöglich oder doch sehr schmerzhaft. Derselbe tritt bisweilen plötzlich ein, wenn sich Jemand aus gebückter Stellung emporrichtet.

2. Akuter Gelenkrheumatismus (Fliegende Gicht, rheumatisches Gliederweh). Plötzliche Abkühlungen des schwitzenden Körpers infolge von Zugluft, von Durchnässung oder dem Aufenthalte in feuchten Wohnungen scheinen die hauptsächlichsten Entstehungsursachen des hitzigen Gelenkrheumatismus zu bilden. Gewöhnlich beginnt das Leiden mit ziehenden Schmerzen in den Gliedern, mit dem Gefühl der Steifigkeit in denselben, mit Frösteln und Trübungen des Harns. Diese Erscheinungen halten längere Zeit an bis sich alsdann heftige Schmerzen in einem oder mehreren Gelenken und Fieber entwickeln. Infolge von Ausschwitzungen der Gelenkhöhle schwellen die Gelenke an, jede Bewegung und der geringfügigste Druck vermehren die Schmerzen, die sich in der Nacht überhaupt verschlimmern. Ferner sind reichliche, stark sauer riechende Schweiße und starker Durst vorhanden; der Harn (ebenfalls sauer) setzt beim Erkalten einen reichlichen Bodensatz ab; zeitweise bessern sich einige Gelenke, und es werden anderweitige Gelenke von Schmerzen und entzündlichen An-

schwellungen befallen, oder es treten neue Schmerzen in den bisher erkrankten Stellen auf. Bei der gewöhnlichen Behandlungsweise hat die Krankheit eine Dauer von mehreren Wochen. Bisweilen wird der fieberhafte Gelenkrheumatismus noch durch Hinzutreten einer Herzbeutel-, Brustfell- oder Lungenentzündung komplizirt; in seltenen Fällen kommt es zu Gehirnhautentzündungen und zu eitrigen Ergüssen in den Gelenkhöhlen.

3. Der chronische Gelenkrheumatismus entwickelt sich entweder aus einem schlecht verheilten akuten Gelenkrheumatismus oder von selbst ganz allmählig und ohne Fieber. Er beginnt gewöhnlich mit dem Gefühl der Steifigkeit in dem ergriffenem Gelenk und mit mäßigen Schmerzen in demselben. Besonderen Einfluß übt die Witterung; und während die Patienten bei rauhem und stürmischem Wetter lebhafte Schmerzen empfinden, sind sie bei mildem und warmem Wetter frei von Schmerzen. Auf dieser Stufe der Entwickelung kann das Leiden Jahre lang bestehen bleiben. Allmählig kommt es zu Ergüssen von serösen [Blutwasser] Flüssigkeiten in die Gelenke, sodaß dieselben anschwellen. Auch verdicken sich die Gelenkbänder und Gelenkkapseln und vermehren die Schmerzen, die namentlich bei Witterungswechsel ziemlich heftig sind; auch werden die Gelenke mehr oder weniger steif und bedürfen, wenn der Körper längere Zeit geruht hat, einige Zeit, bis sie wieder bewegt werden können.

Die ähnlichen und unterschiedlichen Merkmale zwischen Rheumatismus und Gicht, welche von Laien oft miteinander verwechselt werden, bestehen hauptsächlich in Folgendem. Bei beiden Krankheiten sind gewisse Schärfen im Blute vorhanden, welche sich in ihren Äußerungen oft so ähnlich sind, daß sie nur schwer zu unterscheiden sind. Beide veranlassen fast ganz ähnliche, reißende und brennende Schmerzen, beide verursachen in den Gelenken Schmerz und Entzündung. Beide sind von stärkeren oder schwächeren fieberhaften Symptomen begleitet und bei beiden endigen die Anfälle in kritischen Ausleerungen, Schweiße, trübem Harn u. dergl. m.

Sie unterscheiden sich jedoch darin, daß der Rheumatismus seine Entstehung nur einer gestörten Hautthätigkeit verdankt, während die Gicht die Folge einer chemischen Ernährungsstörung ist und erst in zweiter Linie Mangel der Hautthätigkeit bei ihr in Betracht kommt. Beide entstehen jedoch häufig erst auf Grund eines geschwächten Nervensystems. Daher kommt es auch, daß bei Kindern, bei denen das Nervensystem noch gesund und die Hautthätigkeit sehr groß ist, niemals vom Rheumatismus befallen werden. Bei erwachsenen Menschen liegt die Sache anders. Je kräftiger sie ernährt sind, je mehr der Umsatz aller in ihren Körper eingeführten Betriebsstoffe zur Gesunderhaltung desselben gewohnterweise beschleunigt war, um so empfindlicher muß jede Unterbrechung dieses Umsatzes, also wie hier durch gestörte Hautthätigkeit, rückwirkend sich äußern, um so heftiger wird in dem rheumatischen Fieber die Gegenwirkung der kraftvollen Natur sich zeigen. Die inneren Organe bleiben bei dem Rheumatiker so lange gesund, als sie nicht von dem rheumatischen Stoffe befallen werden, und, heftiges Fieber ausgenommen, bleibt der

gesamte Verdauungsapparat in unverändert gutem Zustande. — Die Gicht dagegen, welche hauptsächlich ihre Ursache in der gestörten Verdauung fand, zeigt sich anders. Der Krankheitsstoff bei der Gicht entstand durch die fehlerhafte Saftbereitung und wird dann infolge der aus gleichem Grunde gestörten Hautthätigkeit im Körper festgehalten. Bei Gichtkranken ist meistens bereits das gesamte Nervensystem gereizt und geschwächt, und vorwiegend ist dies mit den Unterleibsnerven der Fall. Als natürliche Folge hiervon zeigen sich Mangel und Unregelmäßigkeiten im Blutlauf, Hypochondrie, Hämorrhoiden und ähnliche Symptome, welche alle auf Störungen im Verdauungsapparate zurückzuführen sind. Kurz gesagt, zeigen sich die Ursachen der Gicht als stets von innerer Natur, und es nimmt die Haut nur Teil an der allgemein bestehenden Schwäche des ganzen Organismus. Da nun die Gicht mehr oder minder eine große Schwächung und Entnervung des teilweisen oder gesamten Organismus zur Voraussetzung hat, so befällt sie nur in seltenen Fällen Jünglinge oder Kinder, sondern tritt meist erst vom 35. Lebensjahre an auf, also in einem Lebensalter, in welchem die Folgen aller vorhergegangenen schwächenden oder schädlichen Einflüsse sich fühlbar machen. In einzelnen Fällen, besonders wenn die Veranlagung dazu besteht, kann auch in früheren Jahren nach einer heftigen Erkältung oder anderen, die Verfassung des Körpers herabstimmenden, plötzlich auftretenden schädlichen Einflüssen, welche lähmend auf die Gesamtkräfte des Organismus wirken, die Gicht in akuter Form sich ausbilden.

Um sowohl den Rheumatismus als die Gicht zu verhüten, beachte man Folgendes. Wer mehrere Male bereits von Rheumatismus befallen wurde, kann sicher sein, ein Mal die Gicht zu bekommen, sofern er nicht durch Vermeidung schädlicher Einwirkungen und Verbesserung der Lebensweise sich den zeither bestehenden übelwirkenden Einflüssen entzieht. Die Leichtigkeit, mit welcher ein Körper von dem Rheumatismus befallen wird, ist stets ein Zeichen eines geschwächten, nicht genügend reaktionsfähigen Nervensystems. Es ist daher geboten, bereits bei dem ersten Anfalle die gesamte Lebensweise (Kleider, Betten, Wohnung, Nahrung) einer genauen Prüfung zu unterziehen, jede bestehende Verweichlichung zu entfernen, jede nervenschwächende Ausschweifung zu meiden und sich durch Bewegung in freier Luft, reichlichen Gebrauch von kühlem Wasser, überhaupt Abhärtung in jeder Form vor weiteren Anfällen zu schützen. Befolgt man diese allgemeinen Regeln der Gesundheit und Abhärtung, so wird man nicht nur von weiterem Rheumatismus verschont bleiben, sondern auch dauernd seinen Körper gegen alle Zufälligkeiten anderer Art stärken. Andererseits jedoch lebt man der Gefahr entgegen, den ganzen Rest seines Lebens von den schwersten Schmerzen gequält zu werden, weil durch die dauernde Verweichlichung des Körpers die Schwierigkeit einer Heilung erhöht oder sogar völlig unmöglich gemacht wird. Hundert mal leichter ist, jede Krankheit, zumal Rheumatismus und Gicht, zu verhüten als dieselbe zu heilen. Deshalb sollten auch Eltern und Erzieher mit Umsicht

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

und Strenge verfahren, um ihren Kindern ein elendes, siechtes Leben zu ersparen. Zu zärtliche und blinde Liebe der Eltern sündigt hier viel. Man gewöhne die Kinder schon in den ersten Lebensjahren an Mäßigkeit im Essen und Trinken. Man gebe ihnen einfache, mild nährende Speisen und mehr Vegetabilien als Fleisch. Man versage ihnen Gewürze und erhitzende Getränke und gebe ihnen für den Durst nur Wasser und nichts als Wasser. Von den ersten Lebensmonaten an wasche man die Kinder mit lauem, allmählig kälter zu nehmendem Wasser am ganzen Körper und gewöhne sie an kühle Bäder. Man kleide sie nicht zu warm, und lasse sie nicht (vorausgesetzt, daß nicht bereits allgemeine Lebensschwäche oder Blutarmut vorliegt) in geheizten Zimmern oder zu weichen Betten schlafen. Warme Betten in Verbindung mit zu nahrhafter Kost sind die geeignetsten Mittel, die Onanie zu begünstigen. Man lasse die Kinder, besonders abends, sich viel bewegen und bringe sie müde, doch nie mit vollem Magen in's Bett. Auch gebe man ihnen abends weder Kaffee noch Fleisch. Man wecke sie am Morgen zeitig und lasse sie, nachdem sie am ganzen Körper kühl gewaschen wurden, die frische Morgenluft genießen. Endlich sorge man für sonnige, trockene Wohnungen.

Die Behandlung des Rheumatismus richtet sich nach den Ursachen seiner Entstehung; da diese vorwiegend in einer gestörten Hautthätigkeit mit allen ihren Rückwirkungen auf andere Organe (z. B. Nieren) besteht, so muß in erster Linie beeifert für eine allgemein gesteigerte Ausscheidung der Haut (Schweißbildung) Sorge getragen werden. In zweiter Linie ist die Lebenskraft zu heben, und es muß daher die Verbesserung und Umwandlung der Mischungsverhältnisse im Körper ununterbrochen im Auge behalten werden. Es liegt auf der Hand, daß bei medizinischer Behandlung keine Verbesserung, sondern nur eine Verschlechterung der Säfte erzeugt und dadurch erst das Leiden zu einem chronischen, also langwierig verlaufenden gestaltet wird, wenn nicht noch ganz andere Schädigungen (Herzleiden infolge des bei Rheumatismus zur Zeit noch mit Vorliebe verordneten Salicyl's) zurückbleiben.

Die akute Form des Rheumatismus verlangt eine durchgängig energische Behandlung. Man lindere örtlich die Schmerzen mit kühlen, öfter zu wechselnden (beruhigenden) Umschlägen, bette den Kranken in einem mäßig warmen Zimmer, lasse ihn laues, mit irgend einem Thee schmackhaft gemachtes Wasser trinken und gebe ihm eine Schwitzpackung durch wollene Decken. Sobald der Schweiß aus den Poren bricht, lassen die anfänglich sich steigernden Schmerzen nach. Während des Schwitzens lasse man den Patienten reichlich Wasser trinken und dehne das Schwitzen nicht über die Dauer von zwei Stunden aus, weil andernfalls das Fieber einen zu hohen Grad erreichen und die Schmerzen sich vermehren würden. Die trockenen Schwitzpackungen befördern die Thätigkeit und Kräftigung des Hautorganes und unterstützen somit den Zweck der Behandlung. Nach der Packung gebe man dem Patienten ein Halb- oder ein Sitzbad, erneuere die örtlichen Umschläge, die, um möglichst die kranken Stellen

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

in fortwährend dunstiger Wärme zu erhalten, mit Wachstuch zu belegen sind, gebe noch Umschläge auf den Unterleib und in's Kreuz zur Anregung der Nierenthätigkeit und hülle ihn wieder in frische wollene Decken, indem man die gebrauchten trocknen und ausdünsten läßt. Die Dauer des Sitzbades richtet sich nach der Abkühlung des Patienten, welche vollständig einzutreten hat; während des Sitzbades frottiere man den ganzen Körper (mit Ausschluß der örtlich kranken Stellen), und zwar 5—15 Minuten lang. Diese Packungen mit nachfolgenden Halb- oder Sitzbädern nebst Frottierungen sind täglich 3—4 mal zu wiederholen. Im Falle das Sitzbad nicht vertragen wird, so nehme man eine einfache Abwaschung des Körpers vor. Sollten es die Kräfte gestatten, so kann Patient auch nach dem Bade der erneuten Packung sich einige Bewegung im Zimmer machen, muß sich jedoch dabei ebenso vor Erkältung als auch vor Erhitzung schützen.

Gleich zu Beginn der Behandlung sorge man durch Klystiere und durch feuchtkühle, vorher gut ausgewundene Umschläge auf den Unterleib für gute Leibesöffnung. Man lasse auch den Kranken immer reichlich Wasser trinken, sorge für ungestörte Ruhe, besonders wenn Entzündungen der Gelenke und Extremitäten vorhanden sind. Ist der Kranke so schmerzempfindlich, daß er eine Packung, sowie überhaupt Lageveränderung nicht verträgt, so suche man sich vorläufig durch häufige Teilumschläge, Bäder ꝛc. zu helfen; doch wende man die Bäder nicht direkt örtlich, sondern an einer benachbarten Stelle an, da anderenfalls die Schmerzen sich zu sehr erhöhen würden. Es bleibt sich gleich, ob man hierzu tiefer oder höher gelegene Stellen nimmt, doch müssen diese von demselben Blutadersystem durchströmt sein, welches auch die in Betracht kommende kranke Stelle ernährt. Inwieweit bei der Behandlung die Douche Anwendung finden kann ist von der Empfindlichkeit des Kranken abhängig und bleibt ihr Gebrauch daher dem Behandelnden überlassen. Die Douche soll in ihrer Temperatur bei leichteren Fällen kühl, bei schwereren warm sein und weiterhin kühler werden.

Man achte auf die Menge und Beschaffenheit des Harns, da häufig die den Rheumatismus erzeugenden kranken Stoffe vorwiegend durch die Nieren ausgeschieden werden. Der Harn ist in diesem Falle braun gefärbt mit dickem, flockigem Bodensatz. Sind edle Organe vom Rheumatismus befallen, so wende man größte Sorgfalt an bei der Heilung des Leidens, damit keine Rückstände verbleiben und nachträglich zu einer chronischen Erkrankung des betreffenden Körperteiles (z. B. Luftröhrenschwindsucht bei schlecht ausgeheiltem Rheuma der Halsmuskeln) führen. Heftige Anfälle behandle man wie die Brustentzündung (s. d. und Brustschmerzen).

Hat der Kranke das Stadium der Entzündung überwunden, so gehe er öfter mit Vorsicht gegen Erkältung an die frische Luft und mache sich Bewegung. Jede körperliche und geistige, sowie jede seelische Aufregung oder Anstrengung muß natürlich sorgfältigst vermieden werden. Die Diät muß streng vegetarisch sein, aus mehr schleimigen Substanzen (Sago, Reis,

Graupen) bestehen und vorwiegend flüssig sein. Denn da die gesamte Haut sowie auch die Nieren zu erhöhter Thätigkeit gezwungen werden, so muß auch eine genügende Menge von Flüssigkeiten dem Körper durch Nahrung und Getränk wieder zugeführt werden. Ebenso gebe man an die genannten Speisen viel gehackte Petersilie, auch Spargel, weil diese direkt, dabei naturgemäß mild, die Thätigkeit der Nieren anregen. Alle Speisen und Getränke, welche reizend oder erregend wirken (Fleisch und Fleischbrühe, Gewürze) sind direkt schädlich und daher streng verboten.

Bei der Behandlung der chronischen Form des Rheumatismus, bei welcher bereits Ablagerungen in den Gelenken, Steifheit und Gelähmtsein der Glieder eingetreten ist, muß die Individualität des Kranken für die Wahl der anzuwendenden Maßnahmen den Ausschlag geben. Man richte sich auch hier, wie stets bei chronischen Leiden, ganz nach der noch vorhandenen Körperkraft des Patienten. Nichtbeachtung dieses notwendigen Gesetzes kann die größten Nachteile für den Kranken herbeiführen, oder auch überhaupt die Heilung in Frage stellen. In ganz veralteten Fällen werden so wie so Monate oder Jahre dazu gehören, unter größter Vorsicht allmählig das Übel zu beheben.

Man beginne die Behandlung rein diätetisch (ähnlich wie bei der Gicht) und gehe dann allmählig über erst zu wärmeren, dann kühler werdenden Anwendungsformen des Wassers. Ist jedoch der Kräftezustand noch ein erheblicher, so kann man auch sofort das Wasserheilverfahren in vollem Maße wirken lassen. Und man kann selbst da, wo eine angeborene Anlage für Rheumatismus bestand, die allergünstigsten Erfolge erwarten, sofern nur im Allgemeinen die Lebenskraft nicht zu sehr geschwächt, und die Nerven (z. B. durch die schweren Folgen der Onanie) zerrüttet sind.

Kritische Erscheinungen werden bei veraltetem Rheumatismus um so weniger beobachtet, je mehr der Patient entkräftet ist, und es äußern sich dieselben mehr durch Durchfälle und den Urin. Je kräftiger der Kranke ist, um so stürmischer aber auch schmerzhafter ist der Verlauf der Behandlung und um so eher treten die kritischen Erscheinungen auf. Man wappne sich daher mit Mut und Geduld; je größer die Leidensempfindungen, um so eher und sicherer der günstige Ausgang. Für die weitere Behandlung des chronischen Rheumatismus kommen ebenfalls Umschläge, Douchen und teils Bäder in Betracht. Doch ist jede dieser Anwendungsformen mit peinlichster Vorsicht (Beachtung von nebenher bestehenden Krankheiten, von geschwächten Organen, vom Gesamtzustande des Kranken) vorzunehmen, und gilt dies ganz speziell von der Douche, da dieselbe stets ein gefährliches, unter Umständen die Entzündung noch vermehrendes Mittel bleibt. Das Hauptaugenmerk muß beim chronischen Rheumatismus auf die Diät, und auf die Massage nebst Elektrizität verwendet werden. Man versuche elektrische Bäder, und man rege die Nervenkraft durch Anwendung des elektrischen Stromes auf das Nervenzentrum im Rückenmark an, und lasse hierauf die Massage des ganzen Körpers, mit Ausnahme der kranken Stellen folgen. (Vergl. Massage). Man gebe dem

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Kranken, wenn angänglich, Sonnenbäder, denn die chemisch und elektrisch wirkenden Kräfte der Sonne sind die allerbesten Heilmittel gegen die rheumatisch erkrankten Körpersäfte (vergl. Naturheilverfahren).

Rippenfellentzündung, s. Brustfellentzündung.

Rose oder Rotlauf. Dieselbe besteht in einer heftigen Entzündung der äußeren Hautgefäße, welche entweder von einem äußerlich herantretenden Reize oder durch eine innerlich wirkende Ursache (schlechte Verdauung, Menstrualleiden, psychische Erregungen) erzeugt werden. Die Rose kann an allen Körperteilen auftreten, besonders geschieht dies jedoch an den Beinen und im Gesicht. Die davon befallene Hautpartie ist nicht blos gerötet, sondern auch geschwollen und glänzend, und es sind stechende Schmerzen und eine heftige Spannung der Haut vorhanden. Die Haut erscheint, wenn man sie mit dem Finger etwas drückt, gelblich, und außerdem ist Hitze, Fieber und leichter Frostschauer vorhanden. — Die Rose beharrt entweder an der von ihr befallenen Hautpartie und erreicht in 3—4 Tagen ihren Höhepunkt, um alsdann wieder zusammenzusinken, oder sie wandert [„die Wanderrose"] auf andere benachbarte Körperteile, sodaß z. B. die Gesichtsrose durch die, die Kopfschwarte mit den Gehirnhäuten verbindenden Blutgefäße auf letztere übergehen kann, wodurch sie einen gefährlichen Charakter annimmt. Außerdem können noch kleinere oder größere Blasen mit eitrigem Inhalte auf den rosenartig entzündeten Hautteilen auftreten oder auch brandiger Zerfall der Gewebe oder wassersüchtige Anschwellungen, z. B. der Augenlider, der Schamteile u. s. w. stattfinden. Endlich kann die Rose von Wunden ihren Ausgang nehmen (Wundrose). Das Leiden ist von hoher Bluttemperatur [40—41 ° C.] und einer hochgradigen Beschleunigung des Pulses (120) und von gastrischen (Magen-) Erscheinungen begleitet.

Behandlung. Um ein Versetzen der Rose nach edleren, inneren Teilen des Körpers zu verhüten, beobachte man in erster Linie große Vorsicht vor Erkältung. Man vermeide ebenso sehr Zugluft als Ofenwärme; es halte sich vielmehr der Kranke in einem mäßig gewärmten Zimmer ruhig, am besten im Bette, bei leichter Bedeckung, auf. Die Wasserbehandlung der Rose wird vorwiegend eine ableitende, die Entzündung verteilende sein, außerdem beruhigend und wärmeentziehend. Sie wird also bestehen in vielleicht täglich einer Schwitzpackung, in Wadenpackungen oder teilweisen Bädern, so Halbbädern, Hand- und Fußbädern von kühler Temperatur und kurzer Dauer. Diese Teilbäder müssen derart verordnet, resp. genommen werden, daß dadurch das Blut zu den der örtlichen Erkrankung entgegengesetzten Gliedmaßen fortgeleitet wird. Es lassen sich also genaue Vorschriften nicht geben. Man sorge ferner für gute Leibesöffnung und unterstütze dieselbe durch eine geeignete Diät. Dieselbe sei entziehender Natur, bestehe also nur in ganz leichter, vegetarischer Kost, in leichten Mehlsuppen, säuerlichen Getränken, leichtem Obst, Pflaumenmuß. Der Durst des Patienten finde volle Befriedigung. — Örtlich lege man leichte alte Leinwand auf, welche nach Bedürfnis

mehr oder weniger oft in abgeschrecktes Wasser getaucht und, leicht ausgewunden, aufgelegt wird. Für das Gesicht fertige man eine Art Maske an mit Öffnungen für Augen, Nase und Mund. Diese mildfeuchte örtliche Behandlung wird dem Kranken große Erleichterung gewähren, indem sie die schmerzhafte Spannung der Haut angenehm mildert. Überhaupt dauert die Rose bei der beschriebenen, beruhigenden, vorsichtig ableitenden Behandlung die kürzeste Zeit und endigt ohne jegliche Nachwehen. Bei Personen mit an und für sich bereits ungesunden Körpensäften, welche dann noch eine besonders starke örtliche Erwärmung sowohl durch Ofenhitze als auch durch hitzende Breiumschläge, Watte belegen ꝛc. herbeiführen und unterhalten, geht die Rose leicht in Eiterung, Brand oder Verhärtung über. Die Allopathie verhält sich gegenüber der Wasserbehandlung der Rose durchaus ablehnend; die sicheren Erfolge jedoch, welche die Hydrotherapie auch bei diesem Leiden zu verzeichnen hat, beweisen praktisch die Unhaltbarkeit der allopathischen Theorie.

Um oft wiederkehrende Rose zu verhüten, beobachte man die auch bei der Gicht und dem Rheumatismus angegebene Lebensweise und Hautkultur.

Rote Flecken, s. folgenden Artikel.

Rötheln. Die Rötheln haben Ähnlichkeit mit einer milden Scharlach- oder Masernerkrankung und verlaufen in den meisten Fällen fieberlos oder nur unter ganz leichten Fieberbewegungen. Der Ausschlag tritt zuerst im Gesicht auf und breitet sich alsdann auf den übrigen Körper aus. Derselbe besteht aus kleinen, linsengroßen Flecken, welche Jucken verursachen, bald zusammenfließen und nach einigen Tagen wieder verschwinden, und zwar mit einer ganz unbedeutenden oder auch ohne alle Abschuppung der Haut und ohne Nachkrankheiten zu hinterlassen. Das Wohlbefinden ist kaum gestört, und es fehlt der bei den Masern stets auftretende Luftröhrenkatarrh. Selten ist eine Affektion der Rachenschleimhaut und etwas Lichtscheu vorhanden.

Die Behandlung ist, soweit eine solche überhaupt in Betracht kommt, dieselbe wie bei den Masern. Man störe nicht, sondern unterstütze durch die Hautthätigkeit fördernde Wasseranwendungsformen die Absichten der Natur. Dieselbe hilft sich dann schon allein und in kürzester Zeit.

Rotlauf, s. Rose.

Rückendarre oder **Rückenmarksschwindsucht.** Dieselbe tritt in den mittleren Lebensjahren am meisten auf. Geschlechtliche Ausschweifungen sind durchaus nicht (wie stets behauptet wird) die alleinigen Ursachen, sondern weit mehr schwere Erkältungen, besonders der schwitzenden Füße bei großen Fußtouren, nach längerem Stehen in der Nässe ꝛc. Das Leiden entwickelt sich sehr langsam. Anfänglich besteht Eingeschlafensein und Kribbeln (Ameisenlaufen) in den Gliedmaßen; ferner Muskelzuckungen, Schwäche in den leicht ermüdenden unteren Gliedmaßen, besonders den Fußsohlen; Unempfindlichkeit der Haut (besonders am Unterschenkel) gegen Druck und Temperatureinflüsse. Der Gang ist charakteristisch (der Fuß

beschreibt einen Bogen und setzt dann plump und hastig mit der ganzen Sohle auf). Es bestehen umschwärmende Schmerzen des Unterleibes, und es tritt vermehrter Geschlechtstrieb mit häufigem, unfreiwilligem Samenerguß auf. Weiterhin zeigen sich Lähmungen der Arme und Sehnerven, Muskelschwund der gelähmten Teile, Lähmung der Blasenschließmuskeln (beständiges Harnträufeln), Impotenz.

Behandlung. Den Ausspruch Romberg's: „Keinem Kranken dieser Art leuchtet die Hoffnung der Genesung, über alle ist der Stab gebrochen" — unterschreibt die Naturheilkunde keineswegs. Allerdings wird eine vollständig ausgebildete Rückendarre mit Zehrfieber und tief gesunkenem Kräftezustand schwer zu beheben sein, doch sind auch hier schon Fälle von Heilung bei sorgsamst ausgeführter Wasserbehandlung bekannt geworden. So erzählt Dr. Munde von einer 1836 in Gräfenberg vorgekommenen vollständigen Genesung. Auf alle Fälle läßt sich der Allgemeinzustand wesentlich verbessern. Bei weniger entwickelten Fällen ist eine mehr oder minder vollkommene Heilung je nach dem im Körper noch vorhandenen Kräftevorrat (Betriebskapitel, Naturkraft) zu erhoffen.

Denn ähnlich wie bei der Schwindsucht muß die Behandlung sorgfältigst, gewissenhaft und sparsam mit dem Kräftezustande des Kranken rechnen. Daher müssen alle Maßnahmen unterbleiben (Schwitzen, kalte Temperaturen, zu viel Wasseranwendung), welche geeignet sind, statt die Kräfte anzuregen und durch Schonung, also indirekt zu stärken, dieselben abzunützen und zu verbrauchen, sei dieser Verbrauch auch ein noch so geringer. Demzufolge ist die ganze Lebensweise des Kranken genau zu regeln, und nicht nur körperlich jede Überanstrengung und jede zu starke Behandlung zu unterlassen und durch geeignete Diät jeder Blutandrang nach den Geschlechtsteilen, jede Nervenanregung fernzuhalten, sondern man sorge auch für die geistig-seelische Behandlung und Diät, man halte psychische und speziell das Geschlechtsleben erregende Gedanken und Vorstellungen nach Möglichkeit fern, man zerstreue den Kranken durch heitere Gespräche, Musik ꝛc., je nach dem Standpunkte seiner geistigen Bildung.

Die Wasserbehandlung beginne man mit teilweisen oder Ganzwaschungen, Klystieren und Sitzbädern von lauem, allmählig in der Temperatur herabgehenden Sitzbädern. Schwitzpackungen, anfänglich in leichten Leinentüchern und mit abgeschrecktem Wasser, bringe man erst dann zur Anwendung, wenn der Kräftezustand des Kranken es gestattet, d. h. wenn der Appetit reger wird, und der Patient instinktiv aus der schonenden anfänglichen Behandlung nach größerer Anregung verlangt. Allmählig gehe man dann über zu feuchtkühlen Abreibungen (während Patient im Bette liegt) und Kompressen auf Kreuz und Rückgrat, desgleichen auf die Blasengegend, um die Blasenmuskel zu stärken. Bei den feuchtkühlen Abreibungen beginne man stets mit den Extremitäten und nehme sodann den Rücken, zuletzt die Vorderseite des Rumpfes vor. — Man stärke den Magen durch Umschläge, öfteres leichtes Massieren mit der in kühles Wasser getauchten Hand, und lasse den Kranken früh vor dem

ersten Frühstück schluckweise etwas kaltes Wasser (Menge nach Bedürfnis) trinken. Die Douche darf nur mit Vorsicht und nur auf Sekunden angewendet werden. Man sehe erst zu, wie sie dem Patienten bekommt und erweitere ihre Anwendung oder schränke sie ein.

Von ganz besonderer Wichtigkeit ist bei der Rückendarre der Gebrauch des elektrischen Stromes, sowie die verschiedenen Formen und Grade der teilweisen und der Ganzmassage, der beruhigenden, der erregenden, der zerteilenden und der speziell örtlich kräftigenden Massage. Die Elektricität (man vergleiche den Artikel Naturheilverfahren) ist sowohl in Form der örtlich anregenden Strom-Anwendung, als auch in Form elektrischer Bäder von hoher therapeutischer Bedeutung. Genaue Vorschriften hierbei zu geben, ist unmöglich; es bleiben die Anordnungen einem tüchtigen Naturheilkundigen überlassen, sowie überhaupt ein Leiden wie das vorliegende den Aufenthalt in einer Anstalt bedingt. — Die Diät kann nicht einheitlich dieselbe bleiben, sondern muß den verschiedenen Stadien des Leidens sich anpassen. Anfänglich aus mildester und leichtest verdaulicher Kost (Obst, Schrotbrod, Buttermilch, grüne Gemüse, leichtem weißem Käse 2c.) bestehend, steigere sich und werde mannigfaltiger mit der Zunahme der Kräfte. Es können nun allerlei trockene Gemüse, Milch- und Mehlspeisen (keine Eier!), weiterhin magere Fische, gekochtes Geflügel, Wildpret (mit Ausschluß der Bratensauce) gegeben werden. Viel Honig. Ausgeschlossen sind alle diejenigen Speisen (desgleichen Getränke), welche wie bereits erwähnt, geeignet sind, sowohl das Nervensystem im allgemeinen (also alle Gewürze, Chokolade, alkoholische Getränke) als auch das Genitalsystem im Besonderen zu erregen (Zwiebeln, Spargel, Meerettig, Kaviar, Austern, Hummer 2c.).

Rückenmark, Blutüberfüllung desselben und seiner Häute (Hexenschuß). Diese Krankheit zeigt sich oft beim Beginn hitziger Krankheiten (Pocken), rheumatischen Prozessen (Hexenschuß), plötzlich unterdrückter Periode, überhaupt bei Blutstauungen im Unterleibe, besonders wenn diese durch Lungen-, Herz- und Leberleiden verursacht wurden. — Es besteht ein dumpfer, meist auf den Lendenteil des Rückgrats beschränkter Kreuzschmerz, öfter in die unteren Gliedmaßen ausstrahlend und daselbst Kribbeln, Unruhe und lähmungsartige Schwäche in den Beinen verursachend. Besonders treten diese Leiden bei Hämorrhoidalleiden auf. — Die Behandlung hat zu bestehen in der Vermeidung geistiger Getränke, in häufiger Bewegung im Freien, kalten Waschungen des Kreuzes und nachfolgenden Abreibungen. Da das Leiden in den weitaus meisten Fällen die Folge von Störungen in der allgemeinen Blutcirkulation ist, also beispielsweise infolge von Störungen in der Menstruation, bei Hämorrhoidal-, Herz- und Lungenleiden auftreten kann, so ist die erste ursächliche Heilanzeige, jene Störungen zu beseitigen, was am sichersten durch strenge Diät, körperliche Thätigkeit im Freien und die entsprechenden ableitenden Wasseranwendungsformen auf die Haut und durch kühle Klystiere erreicht wird.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Rükenmark, Entzündung desselben und seiner Häute. Diese Krankheit in ihrer zweiten Form ist sehr selten, jedoch gefährlich. Sie ist gewöhnlich schleichend, verbunden mit Mattigkeit, leichtem Frostschauer, Kopfschmerz, Gefühl des Zerschlagenseins. Ferner bestehen heftige, entweder stellenweise oder sich über das ganze Rückgrat verbreitende Schmerzen, die beim Druck auf die Wirbelsäule sich verstärken. Harn- und Stuhlverhaltung ist fast immer vorhanden, die Haut ist überempfindlich und schmerzhaft. Später treten Fiebererscheinungen auf, schneller Puls und Schweiß. Der Ausgang des Leidens besteht in allgemeiner Lähmung, unwillkürlicher Harn- und Stuhlentleerung, schwerem Athem. Bei allopathischer Behandlung erfolgt fast ausnahmslos der Tod.

Bei Aussetzen der Medizinbehandlung sind schon in den schlimmsten Fällen Heilungen beobachtet worden. — Behandlung wie die nachstehend erwähnte Form. Absolut ruhige Rückenlage ist erstes Erfordernis. Die Entzündung des Rückenmarks gleicht in ihrer akuten Form dem obigen Leiden, die chronische hingegen verläuft gänzlich fieberfrei. Anfangs besteht mäßiger Rückenschmerz, Taubsein, Ameisenkriechen; ferner Prickeln, Kältegefühl und Stechen in der großen Zehe oder den Fingerspitzen. Später treten Lähmungserscheinungen auf (besonders betreffs der Empfindung); weiterhin Lähmungen der Bewegungsapparate, z. B. unbehilfliches schleifendes Gehen, schnappendes Fußaufsetzen (sog. Hahnentritt) ꝛc. Die Rückenmarksentzündung geht meist über in Rückendarre. Zu ihren Ursachen gehören unterdrückte Blutungen, Nachwirkungen von Verletzungen, körperliche Überanstrengungen, Entzündungen benachbarter Organe, gestörte Fußschweiße, unterdrückte Hautausschläge, Skropheln, Gicht und Syphilis.

Die Behandlung muß sich in erster Linie nach der Beseitigung der eigentlichen Ursachen richten, und im Übrigen in länger andauernden Sitz- und Halbbädern, Rumpfpackungen, Douchen des Rückens, Massage und Elektricität bestehen. Man sorge für guten Stuhl und gebe dem Kranken im Sommer Luft- und Sonnenbäder (Hängematte).

Rückenmarksschlagfluß besteht in erheblichen Blutergüssen in die Gewebe des Rückenmarks und seiner Häute, und tritt sehr selten auf, manchmal nach heftigen Erschütterungen durch Fall oder Stoß auf den Rücken und nach schweren Geburten. Es treten heftige Rückenschmerzen, starrkrampfähnliche Erscheinungen auf; der Kopf wird nach hinten übergezogen, der Athem ist erschwert. Bei größeren Blutergüssen zeigt sich allgemeine Lähmung. Verboten sind: Dumpfer Druck im Kreuze, Kribbeln in den Fingern oder Zehen, Muskelzuckungen ꝛc. — Die Behandlung bestehe in kalten örtlichen Kompressen, einer entziehenden Diät und, Sorge für tägliche Harn- und Stuhlentleerung. Der Kranke verhalte sich absolut ruhig und nehme die Bauchlage ein.

Rückenmark, Wasseransammlung in denselben und in seinen Häuten. Die angeborene Form dieses Leidens entsteht in den frühesten Zeiten des Fruchtlebens. Es bleibt daher, da sich die knöchernen Wirbel-

bogen nicht zu schließen vermögen, eine Spalte offen, durch welche die Rückenmarkshäute und das durch die Wasseransammlung blasenartig ausgedehnte Rückenmark in Form einer Geschwulst von Taubenei- bis Kindskopfgröße (oft auf einem Stiele sitzend) nach außen hängt. — Die erworbene Form entwickelt sich bei Blutandrang nach dem Rückenmark oft sehr schnell, verbunden mit Lähmung beider Körperhälften. — Die Behandlung ist dieselbe wie bei der Blutüberfüllung des Rückenmarks. Die mit angeborener Wassersucht des Rückenmarks behafteten Kinder sind in der Regel nicht lebensfähig. Nach der Geburt vergrößert sich eine solche Geschwulst gewöhnlich sehr schnell, dehnt sich aus und zieht sich zusammen beim Ein- und Ausathmen. Druck auf dieselbe verursacht Krämpfe und Betäubung.

Rückenschmerzen. Diese sind meist nur Symptome anderer Krankheiten, und zwar finden sie vorwiegend ihren Grund in Hämorrhoiden (s. d.) oder sie sind rheumatischer Natur (s. Rheumatismus). Man vergleiche daher die genannten Krankheiten und wende die dort angegebene Behandlung an. S. auch unter Pollutionen und den vorherg. Artikel.

Ist eine Verstopfung Ursache der Rückenschmerzen, so muß diese mit Klystieren (bei Darmreizung mit Schleimklystieren) und mit geeigneter Diät sowie Knet-Massage des Leibes behoben werden. Sind die Schmerzen natürliche Folgewirkungen körperlicher Überanstrengungen, oder aber nach dem Genusse geistiger Getränke entstanden, so stärke man den Rücken wieder durch fleißige kühle Waschungen und Abreibungen und vermeide für die Folge die Ursachen.

Ruhr (Dysenterie). Die Ruhr ist eine diphteritisartige Erkrankung des Dickdarms, die in unserem Klima epidemisch und zwar besonders im Spätsommer und im Herbst auftritt. Schwere Diätfehler, besonders aber heftige Erkältungen und Durchschwitzungen des Körpers scheinen bei der Entstehung derselben mitzuwirken. Gewöhnlich beginnt dieselbe plötzlich mit Diarrhoe und Fieber; die Zunge ist trocken und belegt und in der linken unteren Bauchgegend sind Schmerzen vorhanden. Schon nach mehreren Tagen nehmen die Stuhlausleerungen die charakteristische Beschaffenheit an; sie erfolgen nur in kleinen Mengen und zwar unter heftigem Stuhlzwang. Die entleerten Massen bestehen aus schleimigen Stoffen, die mit Blutstreifen und gekochtem Sago ähnlichen Schleimklümpchen vermischt sind. In diesem Falle spricht man von weißer Ruhr, während bei der sogenannten roten Ruhr eine fleischmassenähnliche Flüssigkeit oder rötliche Gallerte und in schweren Fällen fast ausschließlich Blut entleert wird. — Immer enthalten die Entleerungen große Mengen Eiweiß, außerdem abgestorbene Fetzen der Schleimhaut und schwarzbraune Schleimhautschorfe, welche dieselben höchst übelriechend machen. Die Kranken sind oft gezwungen, alle 10 Minuten zu Stuhle zu gehen. Vorher treten dann gewöhnlich heftige, ruckweise Leibschmerzen ein, die besonders in der linken unteren Seite des Leibes ihren Sitz haben, und nach den Entleerungen nachlassen, während der Stuhlgang fortbesteht.

Außerdem tritt noch heftiges Brennen im After und Mastdarm auf. Auch ist häufig starker Harndrang vorhanden. In milderen Fällen tritt nach 6—8 Tagen, bisweilen unter kritischem Schweiße Besserung ein, indem die Leibschmerzen nachlassen und die Entleerungen wieder kothaltig werden. — In den meisten Fällen zieht sich die Wiederherstellung sehr in die Länge. In schweren Fällen tritt Erbrechen ein und das Gesicht verfällt wie bei Cholerakranken. Der Unterleib ist aufgetrieben, die Zunge wird trocken, die Entleerungen stocken entweder vollständig oder bekommen einen aashaften Geruch; die Gliedmaßen werden kalt und es erfolgt unter Verfall der Kranken (Collaps) und Phantasien der Tod.

Behandlung. Zu eine der größten Thorheiten auf dem praktischen Heilgebiete gehört es, wenn versucht wird, die Ruhr durch roten Wein, Branntwein, und andere stopfende Mittel zu „vertreiben." Die schlimmsten Zufälle können die Folge dieses widersinnigen Verfahrens sein. Bei der Behandlung der Ruhr kommt es hauptsächlich darauf an, das Fieber zu leiten und zu beruhigen, und die Unterleibsorgane zu kräftigen, und zu diesem Zwecke für baldige Ausscheidung des Krankheitsstoffes Sorge zu tragen. Daß hierzu in erster Linie das Wasser das geeignetste Mittel bildet, liegt auf der Hand. Die Heilmaßnahmen werden daher bestehen teilweise in Sitz- und Halbbädern (zur Herabminderung des Fiebers und Stärkung des Unterleibes), in Leibumschlägen und in reichlicher Zuführung von Flüssigkeiten. — Die Sitz- und Halbbäder nehme man nicht über 14° R. und gebe sie täglich 2—3 Mal; ist der Kranke noch wenig an den Gebrauch des kühlen Wassers gewöhnt, so gebe man wenige Bäder und dieselben in etwas höheren Temperaturgraden, doch darf man 16° R. nicht überschreiten, weil die Wirkung dann eine entgegengesetzte, also statt beruhigend und stärkend, eine erregende sein würde. Während des Sitzbades ist der Unterleib mit der Hand zu reiben. — Die Leibumschläge werden in den Zwischenzeiten gegeben und sollen anfangs nasser und in häufigem Wechsel, weiterhin fester ausgewunden und also erregender Natur sein. Nach jedem stattfindendem Stuhlgang gebe man ein Klystier von frischem Wasser. Ist es wegen Verschwellung des Afters nicht möglich, die Spitze der Klystierspritze einzuführen, so mache man kühle Umschläge um den After. Die Diät soll vorwiegend kühl, schleimig oder mehlig sein, also in Gersten-, Hafer-, oder Reisschleim, Mehlsuppen ꝛc. bestehen. Trinken darf der Patient ganz nach Bedürfnis; bei heftigen Anfällen würde ein zu reichlicher Genuß des Wassers allerdings zu erkältend wirken, doch sorgt schon die Natur dafür, daß hier auch der Durst ein verminderter ist. Man sorge für frische, reine Luft, für größte Reinlichkeit, und ungestörte Ruhe des Patienten. In leichteren Fällen wird etwas körperliche Bewegung nur dienlich sein.

Runzeln im Gesichte zu verhüten, ist nichts geeigneter, als eine bereiferte, konsequent durchgeführte Hautpflege (s. d.). Denn sie sind meistens nur eine Folge entweder von sogenannten Schönheitsmitteln, oder aber von Verweichlichung oder mangelnder Reinhaltung des Körpers.

Das einzige und sicherste Schönheitsmittel ist und bleibt immer das kühle Wasser, eine mäßige, naturgemäße Diät und eine frohe Gemütsstimmung.

Samenergießungen, unwillkürliche, s. Pollutionen.

Samenfluß, s. unter Pollutionen.

Säuferwahnsinn. Wie schon der Name sagt, werden von diesem Leiden nur Personen befallen, deren Nervensystem durch den überreichlichen Genuß geistiger Getränke, besonders des Branntweines, hochgradig zerrüttet ist. Zu den charakteristischen Kennzeichen der Krankheit gehört das Zittern, und zwar besonders der oberen Glieder; außerdem haben die Sinnestäuschungen das Eigentümliche, daß sie sich meist nur auf die Geschäftsthätigkeit des Kranken beziehen und daß dieser sich von Tieren (Mäuse, Käfer, Spinnen) verfolgt glaubt. Von der Gehirnentzündung unterscheidet sich der Säuferwahnsinn dadurch, daß das Fieber minder heftig ist und nicht wie bei jener eine große Empfindlichkeit des Auges und Ohres besteht. Während die Gehirnentzündung in einer entzündlichen Blutüberfüllung des Gehirns oder seiner Häute besteht, liegt hier mehr eine gesteigerte Reizbarkeit des Gehirns vor. Die Behandlung ist dieselbe wie bei der Gehirnentzündung (s. d.). Vergl. fol. Art.

Säuferzittern. Dasselbe hat den gleichen Ursprung wie die vorstehende Krankheit und besteht in einem überreizten Zustande der Nerven und einer Lähmung der Thätigkeit des Gehirns. Bezüglich der Heilung genügen kalte Bäder, viel Bewegung im Freien, eine vorwiegend vegetabilische Kost und viel Obst essen — sofern es nebenher möglich ist, dem Kranken plötzlich oder allmählig jeglichen Genuß geistiger Getränke zu entziehen. Dr. Munde erzählt einen charakteristischen diesbezüglichen Fall: „Ich habe in Gräfenberg einen Mann kennen gelernt, der mit dieser Krankheit behaftet war, und dem man, außer dem Badediener, noch einen Mann zur Aufsicht gegeben hatte, damit es ihm unmöglich sei, sich Branntwein zu verschaffen. Manchmal lief er davon, allein er wurde alle Male erwischt, ehe er sein Vorhaben ausführen konnte. Er brauchte die volle Kur und Sitzbäder. Nach vier Wochen zitterte er fast nicht mehr und sein Appetit nach Spirituosen hatte sich sehr verloren. Er fing an zu douchen, und einige Wochen später verließ er die Anstalt vollkommen geheilt. Er versicherte zuletzt, daß es ihm nun ekle vor Branntwein."

Säuglinge, s. Kinder.

Schafpocken, s. unter Pocken, unächte.

Schanker oder primäres (erst auftretendes) syphilitisches Geschwür entsteht in Folge von Ansteckung durch den Beischlaf und erscheint gewöhnlich 3—8 Tage nach demselben. Er unterscheidet sich von Wunden und Ansteckungsfolgen anderer Art an den Geschlechtsteilen dadurch, daß er nur vereinzelt (es entstehen höchstens zwei oder drei, nie zahlreichere Gruppen) auftritt, daß er (sofern die Örtlichkeit es gestattet) eine rundliche Form mit scharf umschriebenem Rande zeigt, die einen härtlichen, kupferroten Saum hat. Ferner ist der Schanker kenntlich an dem deut-

lichen Substanzverluste der Haut, sowie durch den schmutzigen, eiternden, bei der Berührung schmerzhaften und blutigen Grund. Anfangs sondert es etwas Lymphe, später Eiter ab. Wird dem Schankergeschwür nicht durch eine geeignete (naturgemäße) Behandlung bald zur Heilung verholfen, wird es vielleicht gar mit schweren, medizinischen Giften (Quecksilber, s. d.) getränkt, so kann es oft ganze Knochen zerstören, und zeigt sich dann, sofern das Gift erst in die allgemeine Säftemasse aufgenommen wird, auch an anderen, ferneren Teilen des Körpers, z. B. im Gaumen, am Zäpfchen, an der Nase, und zerstört diese; ebenso erzeugt es verschiedene Knochenleiden, Schwamm ꝛc. Es kann jedoch mit Sicherheit angenommen werden, daß alle diese schweren Folgeerscheinungen vorwiegend der Arzneibehandlung, weniger dem syphilitischen Gifte an sich zukommen, und daß überhaupt bei einer von Anfang an vorgenommenen Wasser- und Diätbehandlung binnen 4—6 Wochen vollständige Heilung zu erzielen ist.

Die Behandlung der primären und sekundären Syphilis im Allgemeinen s. unt. d. betr. Abschnitt. Bei dem frischen Schankergeschwür ist am besten, und zwar so bald als möglich, folgendes Verfahren anzuwenden. Täglich 2—3 Schwitzpackungen des ganzen Körpers, und zwar so erregend als es der Körper verträgt. Örtlich lege man dabei Kompressen von weicher alter Leinwand auf, ebenso mache man Umschläge um die ganzen Geschlechtsteile. Der Kranke genieße reichlich Wasser, nehme eine streng vegetarische, vorwiegend aus Obst und Brod bestehende Diät, mache sich wenig Bewegung und hüte sich vor Erkältung. Nach den Schwitzpackungen nehme er stets ein Sitzbad von 1—1 1/2 Stunden Dauer mit Wasser von abgeschreckter Temperatur; weiterhin gehe er mit der Temperatur allmählig herunter. Der Unterleib und die Schenkel werden leicht massirt. Vergl. auch Quecksilbersiechtum.

Scharbock, s. Scorbut.

Scharlach, Scharlachfieber. Der Scharlach ist eine der häufigsten epidemischen Krankheiten, dessen Weiterverbreitung, wie es scheint, durch einen eigenartigen Ansteckungsstoff vermittelt wird, über dessen Entstehung und Wesen jedoch nichts bekannt ist. Der Stoff scheint gasförmig und in der ausgeathmeten Luft und Hautausdünstungen enthalten zu sein. Auch scheint das Leiden durch Kleidungsstücke und mittelst Personen (Ärzte) weiterverbreitet zu werden. Die Krankheit hat in vielen Epidemieen einen äußerst bösartigen Charakter, immer aber erscheint sie dadurch tückisch, daß sie zu allerlei Komplikationen neigt. Bei bösartigen Epidemieen sterben unter der gewöhnlichen Behandlung bis 30 %, bei milden Epidemieen 3—5 %. Bis auf wenige Ausnahmen befällt die Krankheit ein und denselben Menschen nur einmal, und zwar vorzugsweise im kindlichen Alter.

Die Krankheit beginnt mit einem Frostanfalle oder bloßem leichtem Frösteln, welchem Fieberhitze folgt. Die Bluttemperatur erhöht sich schnell auf 39 1/2—40 % C. und der Puls bis auf 120 Schläge. Es bemächtigt sich des Patienten ein Zustand großer Mattigkeit. Dabei ist die Zunge belegt, Kopfschmerz und Appetitlosigkeit, nicht selten auch Erbrechen vor-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

handen; bisweilen auch heftige Krämpfe und Phantasien. Fast ausnahmslos ist eine Halsentzündung vorhanden mit starker Rötung des Schlundes, Schwellung der Mandeln, Schmerzen beim Schlingen und Anschwellen sämtlicher Lymphdrüsen des Körpers. Nur selten tritt gleich von Anfang an der charakteristische Scharlachausschlag der Haut ein. Gewöhnlich erfolgt der Ausbruch, nachdem die angeführten Erscheinungen einen oder mehrere Tage bestanden haben. Es entstehen dann auf der Haut schwach gerötete, flache, größere oder kleinere scharlachrote Flecke, die eine ausgedehnte rote Fläche bilden. Dieser Ausschlag zeigt sich gewöhnlich zuerst auf der Brust und am Halse, um sich alsdann (nach 12—24 Stunden) auf das Gesicht (wobei die Umgebung des Mundes frei bleibt), auf den Rumpf und die Gliedmaßen auszubreiten. Der ganze Körper zeigt alsdann eine mehr oder weniger gleichmäßige scharlachrote Färbung, wobei die Haut gewöhnlich glatt bleibt. In einzelnen Fällen entstehen außerdem kleine Erhöhungen und Anschwellungen der Haarbälge (Scharlachfriesel). In seltenen, bösartigen Fällen kommt es auch zu zahlreichen kleinen Blutaustritten in die Haut. Die Haut ist heiß und trocken, der Durst anhaltend sehr groß, die Harnabsonderung spärlich, die Bluttemperatur erreicht 40° C. und darüber. Der Puls bleibt sehr beschleunigt; die Halsentzündung steigert sich, die Zunge ist rot getüpfelt (Himbeerzunge) und der Kranke kann nur unter Schmerzen schlucken. Bisweilen ist etwas Husten und Schnupfen vorhanden. Dieser Ausschlag hält 3—4 Tage an und bildet diese Zeit das sogenannte Stadium der Blüte, während welcher Zeit die Halsbeschwerden äußerst heftig sind und die Temperatur des Blutes am Abend ohne Wasserbehandlung bis auf 42° C. steigt.

Dem Blütestadium folgt das der Abschuppung, begleitet von dem allmähligen Fallen der Bluttemperatur, die Harnabsonderung wird reichlicher und die Halsbeschwerden verringern sich wesentlich. Die Hautabschuppung tritt in Form von kleienartigen Hautschüppchen im Gesicht, am Halse und am Rumpfe auf, während sich an den Händen und Fußsohlen ganze Fetzen von Haut loslösen. Die Abschuppung dauert 1—2 Wochen und ist in dieser Zeit die Haut leicht erkältlich.

Bei den ganz gutartigen Formen fehlt bisweilen die Halsentzündung, auch kommen Erkrankungsfälle vor, welche ohne den charakteristischen Ausschlag verlaufen, bei denen aber um so leichter Nierenerkrankungen auftreten und Wassersucht sich einstellt. Bei bösartigen Scharlacherkrankungen nimmt die Krankheit einen typhusartigen Charakter an und die Kranken werden äußerst hinfällig, und unbesinnlich. Sie verfallen in heftige Phantasieen und liegen mit halbgeöffneten Augen in einem schlummersüchtigen Zustande. Die Temperatur erreicht einen außerordentlich hohen Grad und der Puls ist nicht selten bis auf 160 beschleunigt. In solchen Fällen erfolgt ohne Wasserbehandlung in wenigen Tagen der Tod ohne daß der Scharlachausschlag zum Ausbruch kommt.

In anderen Fällen erscheint der Ausschlag sehr langsam, ist blaß

und häufig mit kleinen Blutaustritten untermischt (Zeichen, daß sich ein Zersetzungsprozeß des Blutes entwickelt). Dabei wird das Fieber immer heftiger, die Kräfte sinken schnell, und es treten Durchfälle ein, während der Ausschlag blau wird und der Zustand, wenn sich selbst überlassen, oder unter einer nicht naturgemäßen Behandlung, schnell zum Tode führt. Die Ursachen des Todes sucht die medizinische Wissenschaft in derartigen Fällen in den hohen Bluttemperaturen, welche die fettige Entartung der lebenswichtigen Organe, namentlich des Herzens, herbeiführt, die bekanntlich auch im Typhus das Leben bedrohende oder den Tod herbeiführende Kollapse (allgemeiner Kräfteverfall) herbeiführt, und trotzdem läßt sie diese übermäßig hohen, das Leben bedrohenden Bluttemperaturen fortbestehen, anstatt dieselben durch die entsprechenden Maßnahmen, wie sie die Wasserheilmethode vorschreibt, zu erniedrigen und die todbrohende Fieberhitze zu kühlen.

In anderen Fällen nimmt die bestehende Halsentzündung einen diphteritischen Charakter an (brandige Bräune), die ohne naturgemäße Behandlung gewöhnlich schon nach einigen Tagen, oft auch schon nach einigen Stunden zum Tode führt.

Am häufigsten kommen Erkrankungen der Niere vor, bisweilen schon von Anbeginn der Krankheit, in den meisten Fällen jedoch erst im Stadium der Abschuppung. Dieselbe steigert sich bei der gewöhnlichen arzneilichen Behandlung in den meisten Fällen zu einer heftigen Nierenentzündung mit nachfolgender Wassersucht, die gewöhnlich auf Erkältungen zurückgeführt werden. Daß diese Annahme für die Mehrzahl der Fälle eine unrichtige ist, geht daraus hervor, daß in manchen Epidemieen Nierenentzündung mit nachfolgender Wassersucht in den meisten Fällen auftritt, bei anderen Epidemieen hingegen sich nicht entwickelt.

Bei hochgradiger Affektion der Nieren stellt sich immer Wassersucht ein und die Harnmenge ist auf ein äußerst geringes Maß vermindert, und enthält Blut, Eiweiß und Nierenbestandteile; — es stellen sich alsbald Hirnerscheinungen, Erbrechen, Kopfschmerz und unregelmäßiger, verlangsamter Puls, krampfartige Erscheinungen und Schlummersucht ein.

Häufiger stellen sich Nierenaffektionen gegen das Ende des Krankheitsverlaufes ein, also in der Zeit, wo sich der Kranke anscheinend schon in voller Genesung befindet. Dieselben beginnen mit dem Gefühl von Unwohlsein und Frösteln, die Zunge belegt sich. Es treten Fiebererscheinungen ein, und das Gesicht schwellt wassersüchtig an, besonders an den unteren Augenlidern; unter Umständen auch Erbrechen. Die Menge des abgesonderten Harns ist sehr gering, trübe und von hochroter Farbe, dabei stark eiweißhaltig. Bei naturgemäßer Behandlung schwinden diese Zufälle unter reichlicher Entleerung von Harn, während, wenn diese mangelt oder eine selbst naturwidrige Behandlung stattfindet, schnell auch der Bauch und die unteren Gliedmaßen wassersüchtig anschwellen und der Tod oft unerwartet schnell infolge der im Blute zurückgehaltenen Harnbestandteile durch Blutvergiftung eintritt, oder im besten Falle sich ander-

weitige Leiden hinzugesellen, oder das Nierenleiden sich Wochen und Monate hinzieht und andauerndes Siechtum oder auch dann noch den Tod herbeiführt.

Behandlung. Bei dem einfachen Scharlach findet dieselbe Behandlung statt wie bei den Masern. In schwereren Fällen ist in mehr oder minder kurzen Pausen (ganz nach dem Kräftezustande des Patienten) durch Einwicklungen in nasse Leintücher darauf hinzuwirken, daß recht bald Schweiß eintritt und der Scharlachausschlag voll zum Ausbruche kommt. Darnach mache man, wie stets nach stattgefundenem Schweiße, entweder eine Abwaschung des Körpers mit abgeschrecktem Wasser, oder man gebe ein Halb- oder Sitzbad. Hierauf folge bei milder Temperatur etwas Bewegung in freier Luft. Nimmt das Fieber wieder zu, so lege man den Kranken wieder in feuchte Leintücher, gebe ihm kühles Wasser zu trinken, und kühle auch durch Klystiere. Wird der Hals oder der Kopf zu heiß, so lege man Extraumschläge oder Kompressen an. Tritt trotzdem erhöhter Blutandrang und Schmerz im Kopfe oder Halse auf, so verabreiche man ein Sitzbad von längerer Dauer, bis Nachlaß der Erscheinung sich zeigt. Mit kühlen Begießungen sei man vorsichtig, da dieselben den Congestivzustand nur noch erhöhen können. Bei blutarmen Personen könnten sie eher von Nutzen sein, doch ist bei denselben auch gewöhnlich der Blutandrang nach Kopf und Hals ein gemäßigter. Zeigt sich Rötung der Augen, so mache man noch besondere Kompressen in den Nacken und wirke auch überhaupt ableitend von der oberen Körperhälfte durch kühle Umschläge um Leib und Waden. — Die Diät sei entzündungswidrig, also nur aus vorwiegend kühlen, schwach säuerlichen Getränken, viel Obst und leichten, ganz vegetarischen Speisen bestehend. Man führe die Kur in erwähnter Weise durch, ohne sich in irgend einer Weise irre machen zu lassen, beachte aber auch andererseits alle Momente, welche schädigend, und Nachkrankheiten erzeugend, wirken können. Man setze auch das Einschlagen in Leintücher noch fort, nachdem die Krankheit in ihren schwersten Erscheinungen scheinbar vorüber ist, besonders wegen der gefährlichen Periode der Abschuppung. (Vergl. Dyphteritis).

Zur besseren Veranschaulichung der Behandlung des Scharlachs fügen wir hier folgende, in Nr. 9 1889 des „Natur- und Volksarzt" enthaltene Krankheitsgeschichte bei. Christ. Koch aus Magdeburg erzählt dort: „Am Morgen des 22. Febr. d. J. kam der Lehrer Herr K. aus der —straße hierselbst ganz verstört und aufgeregt zu mir in meine Behausung und bat mich schnellstens um einen Besuch, sein 7jähriger Sohn Otto sei in großer Lebensgefahr. Als ich die Wohnung betrat, erzählte man mir erst folgende Leidensgeschichte. Herr Lehrer K. besitzt acht Kinder, im Alter von 2—16 Jahren; sechs erkrankten fast gleichzeitig am Scharlach und wurden behandelt vom homöopathischen Hausarzt, Herrn Dr. K.; sämtliche Kinder waren in der Wiedergenesung, mußten aber noch das Bett hüten. Sein Sohn Otto, welchem die Krankheit, ohne daß

die Eltern davon Ahnung hatten, schon anhaftete, sei gestern Abend 6 Uhr beim Spielen vom Sopha gestürzt, und zwar direkt auf die Schädelplatte, und hätte sich nach Aussage des Hausarztes eine Gehirnerschütterung zugezogen. Verdächtige Hautstellen ließen das Vorhandensein von Scharlach erkennen und außerdem bereits vorgeschrittene Diphtheritis. Machen wir uns, habe gestern der Hausarzt gesagt, gefaßt, hier bekommen wir einen schweren Kranken. 5 Stunden später, kurz vor 11 Uhr abends, habe das Fieber die bedenkliche Höhe von 41° erreicht. Der Vater eilte infolgedessen schnell wieder zum Hausarzt, dieser erkannte wohl die hohe Gefahr, habe aber keine Lust gezeigt, selbst mitzukommen, nur gesagt: da müssen Sie baden. Der Vater, obwohl ein eifriges Mitglied des homöopathischen Vereins, auch mit dem Wasserheilverfahren sympathisierend, hat noch nie Gelegenheit gehabt, in Krankheitsfällen ein Bad zu sehen, und macht seinen Doktor aufmerksam, daß er das nicht kenne, worauf der liebenswürdige Hausarzt eine Packung (ein Bettlaken in kaltem Wasser auszuringen, das Kind hineinzuwickeln und mit einer wollenen Decke zuzudecken) empfiehlt. Auch dieses hat der Herr Rektor noch nie gesehen, sich auch nicht getraut zu machen. Auf dem Nachhausewege ist ihm nun eingefallen, daß ich im homöopathischen Verein bei einer Fragenbeantwortung gesagt habe, daß bei einem fiebernden Körper durch milde Abwaschungen das Fieber herabgesetzt würde; er hat nun seinen Sohn die vergangene Nacht stündlich abgewaschen und mich beim Tagesgrauen geholt. Als ich nun an das Krankenbett trat, fand ich den Patienten vollständig besinnungslos. Der faule, ekelhafte Geruch aus dem Munde zeigte ausgeprägteste Diphtheritis an. Die Nase war verstopft, die Atmung durch den weit geöffneten Mund beschwerlich, die Mandeln waren hochgeschwollen und hart, die Haut trocken wie Glas. Zuerst wurde ein Halbbad von 22° gemacht, nach 10 Minuten wurde dasselbe bis 18° abgekühlt (Dauer 20 Min.) und Patient dann schnell abgetrocknet. Darauf folgte ein Halsumschlag von 18° und ein Leibumschlag von 22°, auch wurden dem Kinde baumwollene Strümpfe, die in 20grädiges Wasser getaucht waren, angezogen und gute wollene darüber. Die Atmung wurde sofort regelrechter, das Fieber herabgesetzt, aber die Besinnungslosigkeit wich nicht. Nach Tische Vollpackung, 22°, Halbbad wie vorher, Nebenbehandlnng wurde beibehalten, die Besinnungslosigkeit war andauernd. Abends wieder Halbbad, und für die Nacht ließ ich außerdem noch vor dem Anlegen der Beinpackung die Beine tüchtig kalt abreiben. Des andern Tags war, ehe ich kam, der Hausarzt bereits dagewesen und hatte den Eltern gesagt, ich solle doch das Kind nicht weiter quälen, da hier Rettung ausgeschlossen sei und das Kind bald sterben müsse. Es sei das bereits vorher konstatierte Scharlach nach dem Gehirn getreten und infolgedessen würde dasselbe zu Wasser. Die Eltern weinten bitterlich als ich ankam, teilten mir den ärztlichen Ausspruch sofort mit und baten mich, da nun einmal das Kind nicht zu retten sei, auch nichts mehr zu machen. Ich erklärte jedoch

rundweg, daß nichts imstande sei, mich, als ärztlichen Ratgeber, davon abzuhalten, dem schwer erkrankten, hilflosen Kinde auch ferner beizustehen, auch der Gewalt würde ich mich widersetzen. Die Eltern konnten nicht umhin für meine energische Haltung mir die Hand zu drücken und zu versichern, daß man mir natürlich keine Gewalt entgegensetzen würde. Die Behandlung wurde nun ganz entschieden fortgesetzt. Nach der Packung wurden, infolge von Ausspritzungen, Pilze abgestoßen, der Hals wurde freier und in der darauf folgenden Nacht wurde die Natur Herr der Krankheit; das Scharlach brach mächtig durch, die Besinnungslosigkeit schwand von der Minute an, und als auch der erste Laut: „Papa, ich habe Durst", hörbar wurde, da war ich Zeuge, wie beglückte Eltern aufjauchzen. Die Genesung schritt rüstig vorwärts und heute ist der Sohn Otto das gesündeste Kind in der Familie." —

Schauerbäder, s. Regenbäder und Tropfbäder.

Scheidenentzündung wird ebenso behandelt wie die Gebärmutterentzündung (s. d.). Vergl. auch Schwangerschaft.

Scheidenvorfall macht ebenfalls dieselbe Behandlung notwendig wie der Gebärmuttervorfall (s. d.).

Scheintod ist nur ein höherer Grad von Ohnmacht (s. d.); der Blutumlauf, das Atmen und die willkürliche Bewegung sind fast ganz aufgehoben; eigentümlicher Weise besteht dabei jedoch das Bewußtsein und die Empfindung in manchen Fällen fort. Ein unzweifelhaft sicheres Kennzeichen dafür, ob Scheintod oder wirklicher Tod vorliegt, bietet nur die bald nach dem wirklichen Tode eintretende Totenstarre. — Die Behandlung muß vorsichtig geleitet werden, da ein zu kräftiges Vorgehen auch sofortigen Tod der betreffenden Person zur Folge haben kann. In den meisten Fällen genügt es, dem Betreffenden Gesicht, Herzgrube und die Brust mit kaltem Wasser zu besprengen, was man auch bei dem Scheintodt Neugeborener anzuwenden hat. In anderen Fällen, wo eine kräftige Konstitution vorliegt oder doch noch vor Eintritt der Katastrophe viel Lebenskraft vorhanden war, lasse man aus einiger Höhe aus einer Thee- oder Gießkanne einen dünnen Strahl Wasser auf die Herzgrube fallen. Erstickte setze man in eine Badewanne und begieße sie mit einigen Eimern kalten Wassers, trockne sie schnell ab, bringe sie ins Bett und frottiere sie am ganzen Körper, bürste auch zur Verstärkung der Frottierung die Extremitäten. Man kann die Wiederbelebungsversuche auch noch durch Anwendung des elektrischen Stromes unterstützen. Man beachte, daß es hauptsächlich darauf ankommt, die unterbrochene und fast aufgehobene Zirkulation wieder herzustellen, die Nerven anzuregen und für Leibesöffnung zu sorgen — alles unter scharfer Beobachtung der sich eventuell wieder regenden Lebenskraft. Deshalb lasse man dem Körper nach jeder Maßnahme einige Zeit Ruhe und Zeit, um auf dieselbe zu reagieren. Die gewöhnlichen Zeichen des zurückkehrenden Lebens sind: vermehrte Wärme der Herzgrube, Anlaufen eines vor den Mund gehaltenen Spiegels, Zittern einer vor den Mund gehaltenen Flaumfeder,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Empfindlichkeit der Pupille gegen ein an das Auge gebrachtes Licht, leises Seufzen ꝛc. — Vergl. Blitzgetroffene, Erfrorene, Erhängte, Erstickte, Ertrunkene.

Scheu, s. Geisteskrankheit.

Schlaflosigkeit. Ebenso wie die Schläfrigkeit und die Schlafsucht (wozu auch der Somnambulismus zu rechnen ist) ist die Schlaflosigkeit selten ein rein für sich bestehendes Leiden, sondern ist meist nur ein Symptom eines tiefer liegenden Leidens, welches häufig in Blutentmischungen der verschiedensten Art besteht. Die Behandlung hat daher diesem Grundleiden Beachtung zu schenken und dementsprechende Maßregeln zu treffen. Denn oft erregt bei dem Einen eine Verordnung Schlaf, welche bei dem Andern das gerade Gegenteil erzeugt. Im Allgemeinen jedoch wird man durch das ableitende und zugleich beruhigende Verfahren (Leibumschläge, Wadenpackungen, ein warmes Vollbad) gute Wirkung zu erzielen im Stande sein. Desgleichen wirkt event. die elektrische Behandlung des Rückenmarkes, sowie eine leichte Streichmassage beruhigend und somit einschläfernd. Ein besonderes Augenmerk ist auch auf die am Abend zu genießende Kost zu richten. Dieselbe muß ca. 2 Stunden vorher eingenommen werden und darf nicht aufregend und schwer verdaulich sein. Man befördere dann noch die Verdauung durch den Genuß von gebackenem, gekochtem Obst oder in Wasser verrührtem Pflaumenmus.

Schläfrigkeit, Schlafsucht, Schlafmandeln. Siehe den vor. Artikel.

Wie wunderbar das überaus kunstvolle Getriebe des menschlichen Organismus auch dann sich bethätigt, wenn die Einhelligkeit und Harmonie der Lebensprozesse mehr oder weniger gestört ist, möge man aus nachfolgendem Briefe ersehen. Besonders wunderbar, weil für uns durchaus geheimnisvoll, können sich derartige Vorgänge im weiblichen Organismus gestalten, in welchem das Nerveninstrument ungleich feiner gestimmt ist, und in welchem die Nervenstimmung eines einzigen Organes (die Gebärmutter, der körperliche Mittelpunkt des Weibes), das gesamte Nervensystem beherrscht und krankhafte Zustände dieser auf den Gesamtorganismus überstrahlen. Denn das betreffende Organ ist durch zahlreiche feinste telegraphische Kabel, Nervenfäden, mit allen übrigen Bezirken des Körpers verbunden, und steht mit diesen in innigstem und vertrautestem (telegraphischen) Verkehr. Besonders innig und vielseitig ist diese solidarische Verbindung des betreffenden Organes mit den nervenreichen Apparaten der Verdauung und die verschiedenartigsten Beschwerden und krankhaften Erscheinungen in demselben z. B. Magenkrämpfe und Magenschmerzen aller Art, ferner das Gefühl der Betreffenden „als ob ihnen ein Bissen im Halse stecken geblieben sei“ (Gebätmutterbissen) oder „als ob sich eine Kugel in ihrem Schlunde auf und ab bewege“ (Gebärmutterkugel) oder andererseits das Gefühl „als ob ein Nagel“ oder „als ob ein glühender Nagel ihnen am Scheitel in dem Kopfe stecke“ (Gebärmutternagel) lassen den erfahrenen Frauenarzt mit Sicherheit auf mehr oder weniger umfangreiche Störungen in dem betreffendem weiblichen Organe schließen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Die betreffende Patientin schrieb:

„...Eine Untersuchung der Herzthätigkeit würde meiner Ansicht nach übrigens auch nichts Anormales ergeben haben, da ich nach dieser Seite hin noch keine Krankheitssymptome wahrgenommen habe, eine (gelegentlich) rheumatischer Steifheit, freilich vor Jahren) vorgenommenen Untersuchung von Herz und Lunge damals auch deren völlige Gesundheit erwies. Für den Fall, daß es Sie vielleicht vom wissenschaftlichen Standpunkte aus interessieren könnte, will ich Ihnen jedoch noch einiges Nähere über meinen eigentümlichen Schlafzustand mitteilen, der mich schon wahrhaft zur Verzweiflung getrieben hat, indem er meine ganze Arbeitszeit innerhalb 24 Stunden auf kaum 4—5 Stunden im Durchschnitt herabsetzt, was in meinen Augen eine sehr traurige Reduktion des Lebens bedeutet. Dieser Zustand der Trübung und Betäubung der Gehirnthätigkeit, der Erschlaffung und Schwerfälligwerdung der Muskeln tritt nach der kleinsten Mahlzeit, und zwar nicht im Verhältnis zu deren Reichhaltigkeit z. B. nach Genuß eines bloßen Butterbrödchens oder bloß eines Tellers Suppe oder dergl. ebenso vollständig ein, schwächer oder gar nicht nur bei süßen Kleinigkeiten, gezuckerter Milch 2c., die naturgemäß zur Verdauung nicht anregen, und weiter auch keinen besonderen Ernährungswert haben, als blos den, eine längere Fastenzeit zu ermöglichen und zu erleichtern. Chokolade wirkt noch stärker antihypnotisch und ein Gift, mit dem ich sehr vorsichtig umgehen muß, nur tropfen- — und überhaupt nur ausnahmsweise, und dann zum bestimmten Zweck, ist — der Kaffee, der mir das Gehirn in eine Art von exstatischer Anspannung und Überlebhaftigkeit versetzt. In einem solchen künstlichen Zustande der Verdauungssuspendirung, wobei natürlich auch der Magen möglichst leer bleiben muß, leide ich nicht an kalten Füßen, während dann, ich kann sagen mit dem ersten Bissen Speise, schon ein wahres Feuer herabströmt, so daß sich dieselben im Moment erwärmen. Im Ruhen nach der Mahlzeit äußert sich diese starke Wärmeströmung in der Sphäre der Verdauungsgegend und dem ganzen Unterkörper noch stärker, und ist von fieberhaften Erscheinungen begleitet, die gegen rheumatische Steifheit und Starrheit (mein Hauptübel) eine Art lösende, paralysierende Kraft haben, und die ich, so fabelhaft es Ihnen vielleicht auch klingen mag, für Nervenvorgänge elektrischer Art halte. Genau genommen ist mir mein Zustand, zu dem ich mir eine ganze Theorie gemacht habe, gar nicht einmal so sehr rätselhaft, wenn ich auch die Details nicht immer ganz in Einklang bringe. Das Schlimmste und Unerträglichste an dieser riesenschlangenähnlichen Verdauungssiesta, die selbst nach 6 oder gar nach 3 Stunden nur gewaltsam unterbrochen werden kann, ihr naturgemäßes Ende oft erst nach 10 oder 12 Stunden erreicht, ist aber, daß ich in dieser Zeit eine Eigenschaft annehme, die mich zu den zitterigen nervösen Dämchen, mit denen ich eigentlich sonst gar nichts gemein habe, und zwar als Oberste der traurigen Reihe zählen läßt, nämlich eine Geräuschempfindlichkeit die bis zur mechanischen Verletzung durch jeden leisesten Ton gesteigert ist, und zwar nicht der Kopf-

nerven, sondern des tieferen Nervensystems im Leibe. Hier vibrirt und zuckt jedes Geräusch qualvoll nach, ich bin fest überzeugt, daß ich bei völliger Taubheit immer noch, d. h. in diesem Zustande nach dem Essen jedes Geräusch konstatieren könnte, vermutlich aber nur in Bezug auf Stärke und Schwäche desselben, und zwar blos durch die Affizierung der Leibnerven. Zugleich will ich auch noch erwähnen, daß ich gleichzeitig an Ohr und Auge, wo ich überhaupt immer sehr empfindlich gegen Kälte bin, das Bedürfnis einer wärmenden Umhüllung habe. Die Augen besonders werden, wenn ich nach der Mahlzeit dem Schlafbedürfnis nicht nachgeben will, nicht nur schwer und röten sich, sondern werden auch empfindlich kalt; im Ruhezustande ist jede Bewegung der Arme und Füße mühsamer und lästiger als gewöhnlich, nicht nur das Denken sehr erschwert und unvollkommen, sondern auch jedes Wort, das ich etwa zu sprechen hätte, wird wie eine Unmöglichkeit empfunden, so daß ich, wenn ich dann endlich in wirklichen Schlaf versinke, was nicht immer und selten gleich geschieht, oft davon träume, daß ich sprechen will und muß und keinen Laut hervorbringe, und mich ebenso vergeblich abquäle zu gehen, und kaum vorwärts komme. In geistig erregtem Zustand, wenn sich irgend Etwas allzu sehr vordrängt und das Interesse beherrscht oder auch schon, wenn sich die täglichen Vorkommnisse nicht in ihrem geraden regelmäßigen Gang abhaspeln, tritt leicht eine Art Verstörung ein, infolge deren die Zufuhr von Nahrungsmitteln nicht jenen schäfrigen Zustand und keinen Verdauungsprozeß herbeiführt, dann bin ich munter, fühle mich aber aufgerieben, erschöpft, während ich nach jener langen Verdauungsruhe mich behaglicher, wenigstens ruhig und im Gleichgewicht fühle. Derselbe ist, wenn er sich ungesäumt entwickelt, von Neigung zu Speichelausfluß begleitet, bitterlich säuerlicher Art, auch tritt gleichzeitig tieferes sonores Nasenatmen ein, was beides immer die sichere Einleitung des wohlthätig und behaglich verlaufenden Verdauungsganges ist, andernfalls, wenn ich durch äußere oder innere Verhinderung (Erregtheit) von der Hingabe an diesen Ruhezustand absehe, bleibt der Mund trocken und zeigt sich keine Spur dieses Geschmackes. Zu bemerken wäre noch, daß tiefe Kopflage dabei Bedürfnis ist, ja geradezu durch Herabhängenlassen des Kopfes vom Sopha also unter das Niveau des übrigen Körpers der geistigen Erregtheit und Verstörtheit, die die Verdauungsthätigkeit durchkreuzen will, wirksam begegnet werden kann, eigentlich ein halbes Rätsel für mich, da man doch glauben sollte, dadurch die Blutströmung nach dem Kopfe zu verstärken; der Erfolg lehrt mich das Umgekehrte. Oder betrifft diese Blutbewegung mehr das kleine Gehirn, und ist demnach durch Vermittlung desselben mehr den vegetativen Prozeß im Gegensatz zu dem cerebralen fördernd? Übrigens bin ich hierin Ignorantin. Erwähnen möchte ich zum Schlusse noch eine krankhafte Erscheinung auf rein geistigem Gebiete: nämlich eine ganz ungewöhnliche Gedächtnisschwäche, besonders für das Formale, und speziell am Auffallendsten in Bezug auf die Sprache und oft bei alltäglichsten Bezeichnungen und Redewendungen hervortretend, so

daß ich in der That manchmal meine Muttersprache mühsam, langsam, fast gebrochen wie eine fremde spreche. Beim Schreiben ist diese Not wesentlich verringert, insofern ich hier Zeit zum Suchen habe, und grade in der Langsamkeit des Wortbildungs- resp. Erinnerungsprozesses die Schwierigkeit liegt. Zudem kommt auch viel auf die Wahl eines günstigen Momentes an 2c. 2c. N. N.

Schlagfluß, s. Blutschlagfluß und Nervenschlagfluß.

Schleichendes Fieber, s. Nervenfieber und Zehrfieber.

Schleimbräune. Diese Art Halsentzündung gesellt sich in manchen Fällen zur Verschleimung (s. d.). Die Behandlung ist dieselbe wie bei der Bräune. Man wende häufig zu wechselnde Umschläge an, gebe Klystiere und lasse den Patienten viel Wasser trinken, um die Ausleerungen des Schleimes zu unterstützen. Man vermeide die kalte Behandlung, doch ist es vorteilhaft, den Kranken in Leintüchern zum Schwitzen zu bringen. Als Getränk gebe man säuerliche Limonaden und viel warmen Thee beliebigen Geschmacks. Im Übrigen siehe Bräune und Verschleimung.

Schleimfieber. Dasselbe ist so zu behandeln, wie es unter Entzündungsfieber (s. d.) angegeben wurde, mit dem Unterschiede, daß erstens die Sitzbäder nur dann zur Anwendung kommen, wenn Kopfschmerz oder sonstige Kongestivzustände sich zeigen, und zweitens der Kranke in fast unterbrochener Dauer in Schwitzpackungen gehalten werden muß. Ist Neigung des Fiebers vorhanden, in ein Nervenfieber überzugehen, so gebe man Begießungen oder Douchen. Die Diät und sonstigen Regeln der Behandlung sind je nach den vorliegenden Umständen wie bei Entzüngsfieber, Nervenfieber, Verschleimung angegeben, einzurichten. Patient hat, wie im vorigen Artikel erwähnt, zur Beförderung des Schleimes viel Flüssigkeiten zu sich zu nehmen.

Schleimflüsse, s. Katarrh, Pollutionen, Tripper, Weißer Fluß und vergl. Verschleimung.

Schleimhämorrhoiden, s. unter Hämorrhoiden.

Schleimhäute, Krankheiten der, s. Krankheiten der Schleimhäute.

Schleimlungenentzündung oder falsche Lungenentzündung. Man verfährt gegen dieselbe wie bei der Schleimbräune angegeben wurde. Vergl. Verschleimung.

Schleimsucht, s. Verschleimung.

Schlucken, s. unter Magenentzündung.

Schmerzen in den Augen, Ohren, Zähnen, dem Kopfe, Halse Unterleibe und der Brust werden wesentlich gelindert oder behoben durch örtliche kühle Umschläge und ableitende Fuß- oder Sitzbäder, wobei man tüchtig Wasser trinke. Liegen die Ursachen in inneren Leiden, so versuche man durch geeignete Behandlung derselben sich Linderung zu verschaffen. Unter Umständen hilft ein laues Bad sehr schnell. Vergl. Naturheilverfahren, sonstige Heilmittel 2c.

Schnupfen, s. unter Katarrh.

Schrecken, s. unter Ärger.

Schuppenausschläge der Haut. Je nach der Größe der sich bildenden und abstoßenden Hautschuppen unterscheidet man verschiedene Formen und bezeichnet als Kleienflechte diejenige Form, bei welcher eine massenhafte Abstoßung kleiner, kleienähnlicher Hautschuppen stattfindet und hauptsächlich auf dem behaarten Kopfe vorkommt, ohne daß die Haut gerötet ist. Bei auszehrenden Krankheiten (Lungenschwindsucht) erstreckt sie sich nicht selten über die ganze Körperoberfläche. — Die trockene Schuppenflechte als anderweitige Form der Schuppenausschläge tritt anfänglich in Form von stecknadelgroßen Knötchen auf, welche mit blendend weißen, aufgelockerten Hautschuppen bedeckt sind und sich allmählig vergrößern. Entfernt man die Schuppen, so zeigt sich ein gerötеter, leicht blutender Untergrund. Ist dieselbe syphilitischen Ursprungs, so sind die betreffenden Stellen von einem braunen, lederfarbigen oder kupferfarbigen Hofe umgeben, und treten fast ausschließlich an den Beugeseiten der Gliedmaßen auf. — Eine dritte Form ist die sogenannte Fischschuppenflechte, bei welcher sich größere fischschuppenartige Gebilde zeigen, ohne daß eine erkennbare Entzündung der Haut vorhanden ist. Das Leiden erstreckt sich über größere Hautpartien oder über den ganzen Körper. Im letzteren Falle ist es meistens angeboren und besteht das ganze Leben hindurch. Anfänglich ist die Haut wie mit Mehl bestreut, später bilden sich größere, an ihren Mittelpunkten fest aufsitzende Schuppen oder Schilder von viereckiger Form und permutterähnlichem Glanze, deren Ränder sich schüsselförmig erheben, sodaß sie Ähnlichkeit mit Fischschuppen haben. Unter Umständen bilden sie auch stachelartige Erhebungen, zwischen denen tiefe Risse und Furchen, ähnlich wie bei den großen Eidechsenarten, verlaufen. Die Talgdrüsen verkümmern im Verlaufe der Krankheit. Das Leiden tritt vorzugsweise auf der Streckseite der Gliedmaßen besonders stark auf. Behandlung s. unter Flechten.

Schwämmchen oder Aphten. Dieselben bestehen aus flachen, weißen oder gelblichen Flecken von Hanfkörner- bis Linsengröße, eingefaßt von einem dunkelroten Saume. Die Schleimhaut ist mehr oder weniger gerötet und geschwollen. Sie treten bei mangelnder Reinlichkeit, besonders während des Zahnens der Kinder auf. Bei Erwachsenen leiden Tabackraucher und Kauer, Frauen zur Zeit der Periode und im Wochenbett häufig daran. Am häufigsten sind die Schwämmchen Begleiter von Verdauungsstörungen. — Sie sitzen gewöhnlich an den Rändern und der Unterfläche der Zungenspitze, an der Wangen- und Lippenschleimhaut, am Zahnfleisch, an der Grenze zwischen hartem und weichem Gaumen, bisweilen auch an den Mandeln. Es bestehen brennende Schmerzen im Munde (sodaß die Säuglinge schreiend die Mutterbrust loslassen), sowie reichliche Speichelabsonderung. Der Verlauf der Krankheit dauert 8—14 Tage. Bezüglich der Unterscheidungsmerkmale der Schwämmchen von Dyphteritis s. diese.

Die Behandlung bestehe in fleißigem Reinigen der Mundhöhle

vermittelst weicher, ganz sauberer, in frisches Wasser getauchter Leinewandläppchen, sobald das Kind Nahrung zu sich genommen hat. Erwachsene haben sich den Mund mit frischem Wasser auszuspülen und desgleichen zu gurgeln. Man achte auf die Verdauung und befördere den Stuhlgang durch gekochtes, gedörrtes Obst.

Schwammpocken, s. unter Pocken, unechte.

Schwangerschaft, Krankheiten und Beschwerden derselben und des Wochenbettes.

1) Beschwerden und Krankheiten der Schwangerschaft.

Die Schwangerschaft wird gegenwärtig beinahe als Zustand betrachtet, der mehr oder weniger seinen naturgemäßen Character verloren hat und demzufolge medizinischer Kunst und Wissenschaft bedarf. Hierin liegt es auch, daß die meisten von denjenigen, welche nicht gezwungen sind, erwerbsthätig zu sein, jede körperliche Beschäftigung sorgsam vermeiden, in der Meinung, hierdurch Beschwerden während der Schwangerschaft oder eine erschwerte Geburt zu veranlassen, während gerade kein sichereres Mittel gedacht werden kann als eine regelmäßige körperliche Bethätigung und eine sonst für die Erhaltung der Gesundheit angemessene Lebensweise, um eine regelmäßig verlaufende Schwangerschaft und Niederkunft zu gewährleisten. Wir haben bereits am andern Orte (s. die verschiedenen Kapitel der Gesundheitspflege) ausführlicher behandelt, wie alle naturgemäßen Mittel, welche den menschlichen Körper gesund erhalten, also frische Luft, körperliche Thätigkeit oder doch Körperbewegung, abwechselnd mit der erforderlichen Ruhe; ferner eine angemessene Diät in Speise und Trank und eine entsprechende Kleidung in der Zeit der Schwangerschaft doppelt notwendig sind, um einen naturgemäßen Verlauf dieser und der nachfolgenden Geburt zu sichern. Die zahlreichen „Schwangerschaftsbeschwerden", welche gegenwärtig an der Tagesordnung sind, verschwinden unter dem Einflusse einer naturtreuen Lebensweise vollständig oder werden selbst in denjenigen Fällen, wo ältere anderweitige Übel die Entstehungsursache derselben bilden, ganz außerordentlich gemildert, und zwar in erster Linie durch eine sorgfältige Hautpflege, wie sie gegenwärtig nur ausnahmsweise und beinahe als eine Art Luxus angewendet wird.

Diejenige ist keine wahre Mutter, die nicht beständig darauf bedacht ist, reine und frische Luft in ihren Wohn- und Schlafräumen zu atmen, und die nicht bedenkt, daß die dumpfige Luft, wie sie in von Menschen überfüllten Wohnräumen geatmet wird, unmöglich die regelrechte und gesunde Entwickelung der zarten Leibesfrucht begünstigen kann, die sie unter ihren Herzen trägt, und welche zu dieser Zeit nicht im Stande ist, die unbedachte Mutter durch eine bittende Geberde dahin zu bringen, daß sie fortwährend und reichlich frische und reine Luft schöpft, deren der zarte Organismus so sehr zu seiner gesunden Entwickelung bedarf; daß sie alle leidenschaftlichen Aufregungen, alle tiefgehenden Gemütsbewegungen, allen

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Ärger und Gram, alle Furcht, allen Schrecken und Zorn von sich fern hält, um nicht krampfartige Zufälle und Blutflüsse hervorzurufen und die Leibesfrucht durch eine frühzeitige Geburt vorzeitig in die Welt zu stoßen.

Welche außerordentliche Wohlthaten kann und wird eine junge Mutter ihrer Leibesfrucht erzeugen, sobald sie nur einen Augenblick bedenkt, welchen Vorteil sie dieser und sich selbst z. B. dadurch erweist, daß sie den Schnürleib beiseite legt und somit verhütet, daß der sich immer mehr vergrößernde und in ihrem Leibe emporsteigende Fruchtbehälter und dessen Inhalt gewalttätig nach unten gepreßt wird, daß sie überhaupt eine für ihren Zustand angemessene, in keiner Hinsicht beengende (Rockbinde, Gürtel, Strumpfbänder) Kleidung trägt, sondern dieselbe derartig wählt, daß sie Brüste, Unterleib und Füße hinreichend vor Erkältungen, ohne jedoch irgend welchen Druck zu erleiden, schützt.*) Welcher Vorteil erwächst außerdem der mütterlichen Gesundheit und jener der Leibesfrucht dadurch, daß die Haut eine besonders aufmerksame Pflege erfährt; werden doch aus derselben auf unfehlbare Weise so zahlreiche schädliche Stoffe in luftförmigem Zustande aus dem mütterlichen Körper entfernt, welche bei ungenügender Ausscheidung der gesunden und schönen Entwickelung der Leibesfrucht hemmend entgegenwirken. Zugleich wird durch eine entsprechende Hautpflege verhütet, daß der gerade jetzt mit besonderer Fülle und Macht nach der Gebärmutter und nach den übrigen Unterleibsorganen der Mutter hinfließende Blutstrom zum Teil in wohlthätigster Weise nach der Haut hin abgeleitet wird und hierdurch die verschiedenartigsten Zufälle und Schwangerschaftsbeschwerden, welche in einem übermäßigen Blutandrang nach inneren edleren Organen ihren Grund haben, verhütet werden, wie z. B. heftiges Kopf- und Zahnweh, Herzklopfen, Brustbeklemmung, Kurzatmigkeit und Verdauungsbeschwerden mancherlei Art. Außerdem werden auch gewisse Teile durch jene sorgfältige Hautpflege auf die Geburt vorbereitet und der Geburtsakt selbst dadurch wesentlich — zumal bei Erstgebärenden — erleichtert (z. B. die äußeren Geburtsteile). Auch werden die Brüste und Brustwarzen für ihre künftige Bestimmung (das Stillen des Säuglings) vorbereitet und geschickt gemacht. Die mannigfachen Beschwerden des Magens, wie Übelkeit, Ekel und Erbrechen werden zum Teil durch naturwidrige Diät, Speise und Trank (schwerverdauliche oder starkgewürzte Kost, starker Kaffee, geistige Getränke ꝛc) hervorgerufen. Die Abneigung und der Widerwille gegen gewisse Speisen und Getränke oder andererseits gewisse „Gelüste“ nach irgendwelchen Speisen dürfen keineswegs als etwas durchaus Schädliches und Naturwiedriges bekämpft werden, da im Gegenteil in denselben nicht selten deutliche Winke der Natur liegen. Wer sich einer natur- also vernunftgemäßen Wasser- und Diätbehandlung während der Schwangerschaftsperiode befleißigt, wird mit all den genannten und sonstigen Beschwerden

*) Siehe das vortreffliche Schriftchen von Marie Jones: Die weibliche Kleidung in ihrer sittlichen und körperlichen Bedeutung. Leipzig, L. Fernau.

des natürlichen Zustandes der Fruchtentwickelung wenig zu kämpfen haben. Man beachte als Hauptregeln: daß dasselbe Blut, welches die Mutter ernährt, auch den werdenden Körper des Kindes durchfließt, daß mithin alles, was jenes Blut erregen, verschlechtern, dickflüssig machen kann, in gleicher Weise auf das Leben des Kindes wirkt, und in dessen Unbehagen wieder rückwirkend den Körper der Mutter beeinflußt. — Ferner: daß es viel weniger darauf ankommt, ein großes, formvolles Kind zur Welt zu bringen, als vielmehr darauf, einem Kinde mit gesundem Blute, gesunden Ernährungswerkzeugen und gesundem Herz und Lungen das Leben zu geben. Denn während das letztere, mit hoher Lebenskraft begabt, sich nach der Geburt in kurzer Zeit ganz von selbst auch in den Formen kräftig entwickelt, hat das Erstere oft genug die Ausbildung der Formen zum Teil mit der mangelnden Kräftigung der lebenerhaltenden Organe bezahlen müssen und macht überdies — als hauptsächlich in Betracht kommendes Moment — den Geburtsakt für die Mutter zu einem unter Umständen überaus qualvollen.

Die Vorbereitung für eine naturgemäß verlaufende Schwangerschaft muß deshalb nach unseren Grundsätzen bei den Mädchen schon von Kindheit an, besonders aber vom Eintritte der Geschlechtsreife an geschehen. Eine geordnete, alle Funktionen des Körpers gleichmäßig bethätigende Lebensweise ist eine unerläßliche Grundbedingung zur Erzeugung gesunder Kinder, sowie für den regelmäßigen, d. h. naturgemäßen Verlauf des Geburtsaktes. Die gesundheitlichen Regeln, welche hier in Betracht kommen, sind die nämlichen zur Gesunderhaltung des menschlichen Körpers überhaupt. Dazu kommen jedoch noch erstens die Stärkung der Unterleibsorgane (bei Mädchen) durch eine wenig sitzende Lebensweise, vorzüglich durch Schwimmen; und ferner eine direkte Kräftigung der Brüste, welche — was zur Zeit noch sehr selten geschieht, — täglich kalt gewaschen werden, und, sobald sich Spannung in den Brustwarzen bemerkbar macht, mit einem leichten, reinen Fette (frisches Olivenöl, süßer Rahm), eingerieben werden müssen. Auch die Kräftigung der Armmuskulatur trägt viel zur Ausbildung des Brustmuskels mit bei. Und wenn man erwägt, daß die Milch gebenden Drüsen der Brust nur ein kleiner Teil des im ganzen Körper verteilten Lymphdrüsen- (Säfte bildenden, den Körper gesund erhaltenden, oder krank machenden) Systems ist, welche in ihrer Funktion abhängig ist von dem gesunden oder kranken Zustande jenes ganzen Systems, so wird man um so mehr beeifert dafür Sorge tragen, bei Zeiten allen Lymphdrüsenanschwellungen bei Mädchen erhöhte Aufmerksamkeit zu schenken und auf naturgemäße Weise ihren gesunden Zustand herbeizuführen suchen. Es geschieht dies am geeignetsten durch anfänglich warme Bäder mit Massage, weiterhin Abhärtung des Körpers (s. d.) durch geeignete Behandlung mit kühlem Wasser und durch eine reizlose, den Genuß von Gemüse und Obst bevorzugende Diät, durch Turnen, Schwimmen, Schlittschuhlaufen, überhaupt ausreichende Bethätigung des ganzen Körpers in freier Luft.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Sobald das Ei im Körper der Mutter sich entwickelt, kann dasselbe sich nur dann vollkommen wohl befinden, wenn die Schwangere dieselben diätetischen Regeln befolgt, welche ihre eigene Gesundheit bedingen. Deshalb fällt die Gesundheitspflege des Kindes mit derjenigen der Schwangeren zusammen. Einige allgemeine diesbezügliche Gesetze und Forderungen haben wir bereits vorausgeschickt. Von den weiteren häufig bestehenden Beschwerden kommt zuerst die Schlaflosigkeit in Betracht, welche besonders in den letzten Monaten der Schwangerschaft die Kräfte der Mutter erschöpft. Es kommt sogar vor, daß der Schlaf vollständig ausbleibt, und es treten als Folgeerscheinungen Ruhelosigkeit, Fieber und Nervenerscheinungen aller Art auf. Einfache Diät, kühle Luft, kühles Wasser und Körperbewegung sind die einzigen aber auch die besten diesbezüglichen Heilmittel. Schon der einfache Genuß des kalten Wassers wirkt überaus wohlthätig. Es verdünnt das Blut und befördert die so notwendige Hautausdünstung und Harnabsonderung. Schwangere Frauen werden gut thun, sich zwei bis drei Mal in der Woche kühl zu baden, sich aber täglich kühl abzureiben und bei Beschwerden des Unterleibes ein kühles Sitzbad zu nehmen. Schwangere Frauen, welche ihren Körper täglich mit kühlem Wasser behandeln, welche sich täglich Bewegung in freier Luft machen, und überdies nicht in dicken Federbetten ruhen, werden auch nicht über Schlaflosigkeit zu klagen haben; es müßte denn sein, daß noch irgend ein anderes, körperliches Leiden nebenher besteht, welches dann eine besondere Behandlung notwendig machen würde. Tritt häufig während des Tages Neigung zum Schlafen auf, so suche man dies Bedürfnis auf $^1/_2$—1 Stunde zu befriedigen, doch sorge man für ungestörte Ruhe, schlafe nur Vormittags und bei leerem Magen, und befreie den Körper von beengenden Kleidungsstücken.

Der ebenso häufig die Schwangeren belästigende Kopfschmerz ist in den meisten Fällen nur eine Folge nicht genügend gelüfter Wohn- und Schlafräume oder einer ungeeigneten, Blut erregenden, Blutanschoppung nach dem Unterleibe erzeugenden Diät. Hier spielt das Trinken von Thee und Kaffee, von dem so viele Frauen so schwer zu lassen vermögen, eine große Rolle. Aber wer in der genannten Hinsicht sich nicht Selbstbeschränkung aufzuerlegen vermag, darf sich auch über die Folgen nicht beklagen. Liegen Versündigungen in genannter Beziehung nicht vor, sind vielmehr die Kopfschmerzen die Folge einer Blutleere im Gehirn, so wird eine Lagerung der Patientin mit höher gelegenen Füßen vorübergehende Erleichterung bringen; im Übrigen muß eine blutbildende (Hülsenfrüchte, Fische und Wildpret, Honig, Buttermilch) Diät die Hebung der Grundursache erstreben. — Während der Schwangerschaft auftretendes Zahnweh darf, besonders wenn es sich um die ersten Monate handelt, nicht durch Ausziehen der kranken Zähne beseitigt werden, da hierdurch häufig eine Fehlgeburt herbeigeführt wird. Bei heftigen Zahnschmerzen suche man zuvörderst die eigentliche Ursache derselben festzustellen. Ist ein kongestiver Zustand (also nur Blutandrang)

vorhanden, so genügt es meist, ein kühles Fußbad von minutenlanger Dauer und außerdem den Mund mehrmals voll kühles Wasser zu nehmen. Ist das Zahnweh nervöser Natur, so wende man Wärme an, und zwar in Form eines Vollbades, warmer (Watte-) Umschlägen und massire Schläfe, Nacken und Halsmuskeln. Ist das Leiden möglicherweise durch einen Diätfehler entstanden, so esse man möglichst wenig und suche außerdem durch säuerliche Getränke, Buttermilch, vielleicht auch Klystiere die Verdauung zu beschleunigen. Häufig genug ist nur eine bestehende Verstopfung Ursache des Zahnwehs. — Der zu Zeiten der Schwangerschaftsperiode sich einstellende Speichelfluß darf nicht so ohne Weiteres „beseitigt" werden. Bei einer in jeder Hinsicht gesundheitsgemäßen Diät wird er bald von selbst nachlassen, und suche man dies durch häufiges Kauen von Brotrinden zu unterstützen. Man bedenke jedoch im Uebrigen, daß der Speichelfluß vielleicht nur eine Selbsthilfe der Natur bedeutet, indem ja vorwiegend festere Arzneigifte aller Art, darunter besonders das Quecksilber, durch einen eintretenden Speichelfluß von der Natur hinausbefördert werden. Da nun während der Schwangerschaft eine erhöhte Thätigkeit des gesamten organischen Lebens besteht, so hat die Selbstheilkraft der Natur auch die Fähigkeit erlangt, noch im Körper befindliche schädigende Stoffe zu entfernen. Und man bedenke außerdem, daß das Quecksilber oft Jahrzehnte lang sich im Körper aufhalten kann, ehe es zur Ausscheidung gelangt. In diesem Falle also den entstehenden Speichelfluß unterdrücken, würde heißen: die Selbsthilfe der Naturheilkraft lähmen, und unter Anwendung von Gewalt die flüssig gemachten Arzneigifte den Blutbahnen des Kindes einimpfen. Einen geringeren Speichelfluß überlasse man daher ruhig sich selbst, denn sein Bestehen hat unzweifelhaft seine natürliche Heilung durch Ausscheidung bezweckende Gründe. Einen stärkeren auftretenden Speichelfluß suche man örtlich etwas abzuleiten (und dabei doch die Ausscheidung zu unterstützen) durch warme Bäder, viel warmes Getränk (zur Anregung der Nierenthätigkeit), überhaupt durch ein warmes Verhalten. — Athmungsbeschwerden werden oft durch eigene Verschuldung der Schwangeren herbeigeführt, indem dieselbe sich zu schnell die Treppen herauf- und herunterbewegt, oder sich geistigen Aufregungen aussetzt, oder den Magen mit Speisen und Getränken überladet. Man vermeide daher die Ursachen, bedenke aber auch, daß Bewegung des Körpers notwendig ist, ebenso wie eine angenehme Beschäftigung und Beeinflussung von Geist und Gemüt. Vorübergehend kann man sich durch kühle Kompressen auf Brust und Rücken Erleichterung verschaffen. Man beachte im Übrigen dasselbe, was wir noch über die in den allermeisten Fällen bestehenden gastrischen Beschwerden, als da sind Sodbrennen, Übelkeit und Erbrechen, zu sagen haben. Alle diese Beschwerden werden bei getreulichem Befolgen der sich zeigenden Winke der Natur sowie bei einer fest durchgeführten Wasserbehandlung und Bewegungskur des Körpers wenig oder gar nicht sich zeigen. Schwangere Frauen essen meist zu viel und machen sich zu wenig Bewegung im Freien. Aller-

dings haben viele in der Häuslichkeit zu viel zu thun, aber hierbei haben sie wohl Bewegung, jedoch nicht die sauerstoffreiche, frische Luft, welche die körperliche Bewegung erst zu einer für den ganzen Organismus wohlthätigen macht. Das Sodbrennen ist stets ein Zeichen, daß dem Körper mehr Nahrungsmittel zugeführt wurden, als er zur Zeit zu bewältigen vermag. Wie wenig Nahrung bedarf das sich entwickelnde Ei in den ersten Monaten, und wie beeifert vertilgen die jungen Mütter fast doppelt so viel Speisen wie vordem, weil sie „doch nun zwei ernähren müssen." Und dann wundern sie sich über die auftretenden Verdauungsstörungen, und fürchten andererseits Verelendung und allgemeine Schwäche, wenn der Körper das, was er zu viel erhalten, durch Erbrechen wieder herausbefördert. Denn der Gesundheitswächter des Körpers, der Instinkt im Menschen, zeigt eine ganz besonders erhöhte Wachsamkeit und Kraft der Bethätigung in jenem wichtigen Zeitabschnitte, in welchem ein neues Lebewesen sich bildet. Und diese Wachsamkeit, welche so wenig noch Erkenntnis findet und demgemäß wenig beachtet wird, ist es einzig und allein, welche die meisten Beschwerden der Schwangerschaft hervorruft, Beschwerden, welche doch nur Hilferufe der beleidigten Natur bedeuten. Man suche überzeugungsvoll diesen Standpunkt einzunehmen, und man wird die mannigfachsten Erscheinungen zu verstehen vermögen, zugleich aber auch fähig werden, sich durch die einfachsten, natürlichen Mittel wieder mit dem Naturwillen zu versöhnen. Da also das Sodbrennen und Erbrechen ein Zeichen von zu reichlicher oder unrichtiger Nahrung ist, so liegt es auf der Hand, daß man fasten muß, bis das gestörte Gleichgewicht wieder hergestellt ist. Außerdem stärke man den Magen durch Kompressen und langsames, schluckweises Wassertrinken morgens und abends. Große Neigung zum Erbrechen unterdrücke man nicht, sondern suche sie durch schnelles Trinken von einigen Gläsern warmen Wassers zu befördern. Derart (naturgemäß) eingeleitetes Erbrechen führt keine Frühgeburten herbei, wohl aber kann dies bei Arzneigebrauch geschehen. Man beachte bei allen Magenbeschwerden der Schwangeren, daß man ihr nur diejenige Speise gebe, welche sie verträgt, und sei es auf 6—8 Tage nur trockenes Schwarzbrot und Wasser. Es wird ihr eine derartige Diät nie zum Schaden gereichen, sondern sie dauernd so stärken, daß bis zur Geburt alle weiteren Beschwerden fern bleiben. Was absonderliche Eßgelüste betrifft, so haben wir über dirselben schon weiter oben uns ausgesprochen. Zeigen sich Neigungen zu direkt schädlichen Stoffen (z. B. Kreide oder dergl.) so forsche man nach, ob nicht die Nahrung der Schwangeren irgend welcher (z. B. knochenbildende) Substanzen entbehrt, nach welchen infolgedessen ein „krankhafter" Heißhunger sich zeigt, welcher in absonderlichen, nicht als Nahrungsmittel zu verwendenden Stoffen, sich glaubt, befriedigen zu können. Man verlache und verurteile keine einzige körperliche „Laune", sondern suche die Ursachen ihrer Entstehung klarzulegen. — Verstopfung während der Schwangerschaft wird ebenso behandelt wie jede andere Verstopfung; man lese daher an geeigneter

Stelle nach, doch sei hier noch ausdrücklich auf den großen Nutzen des Weizenschrotbrotes hingewiesen. Bei der Diarrhoe gelten dieselben Gesetze. — Auftreten oder verstärktes Auftreten der Hämorrhoiden hat seinen Grund entweder in abführenden Arzneien, oder in gestörter Blutzirkulation infolge zu vielen Sitzens oder Stehens, und ist immer ein Zeichen des unrichtigen Zustandes des Pfortaderblutes. Treten sie plötzlich ein, so entstehen oft Fieber, starke Rückenschmerzen, Milz- und Leberstiche, Übelkeit. Das beste Mittel bleibt hier immer die Enthaltsamkeit und Sitzbäder (s. d. Art.) — Krankhaft erhöhter Geschlechtstrieb wird am geeignetsten durch kühle Umschläge um die Geschlechtsteile und durch Sitzbäder besänftigend beeinflußt. — Schmerz in der rechten Seite zeigt sich gewöhnlich erst vom fünften Monate an, und wird durch den Druck des Kindes auf die Leber veranlaßt. Man kann sich hiergegen nur durch eine Allgemeinbehandlung, welche die Thätigkeit der Leber unterstützt und sie von etwaiger Blutfülle befreit, Linderung verschaffen: also durch Herbeiführung von leichtem Stuhl, Genuß von leicht verdaulichen Speisen, viel Buttermilch und viel Obst; außerdem kühle Kompressen auf die Lebergegend zur Verhütung örtlicher Entzündung. — Anschwellung der Krampfadern entsteht ebenfalls durch gestörte Zirkulation des Nervenblutes. Man wasche die Stellen fleißig mit kühlem Wasser, streiche sie (in der Richtung nach dem Herzen) jeden Morgen ca. $^1/_4$ Stunde lang und trage nur dann, wenn die Gefahr des Aufbrechens bestehen sollte, Binden. Diese müssen jedoch früh morgens, noch vor dem Aufstehen und von unten nach oben angelegt werden. — Krämpfe in den unteren Gliedmaßen sind gewöhnlich eine Folge von körperlicher Überanstrengung oder überhaupt von Schwäche der Ernährung. Es muß ihnen durch Verhütung der Ursache vorgebeugt werden. Sind sie eingetreten, so lasse man durch eine andere Person die betreffenden Glieder mit einem wollenen Tuche tüchtig frottieren. — Ziehen in den Brüsten (infolge Schwellung derselben) beseitigt man, indem man dieselben über Wasserdampf hält und nachträglich mit einem reinen, milden Fett einreibt. Dadurch wird die Haut weich und dehnbar erhalten. — Die Harnbeschwerden entstehen durch den Druck, welchen das Kind auf den Blasenhals ausübt. Es läßt sich, wie auf der Hand liegt, nicht viel dagegen thun. Die Schwangere nehme öfter Rückenlage mit am Kreuze noch besonders untergeschobenem Kissen (sodaß der Unterleib hoch zu liegen kommt) ein und streiche mit beiden Händen den Leib langsam von unten nach oben oder nach den Seiten, um dadurch die Lage des Kindes etwas zu verändern. Örtlich wende sie außerdem kühle Kompressen an und vermeide im Übrigen, sofern sie häufig unter Harnbeschwerden zu leiden hat, Speisen und Getränke, welche die Thätigkeit der Harnblase zu sehr erhöhen. — Über Abortus oder Fehlgeburt s. d. betr. Artikel. — Über das Verhalten bei der Geburt vergl. den Artikel Gebärende. Vergl. auch die Schriften: Die Wasserkur bei Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett von Dr. J. Shew,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Leipzig, L. Fernau. — Die schmerzlose Entbindung von Professor Dr. M. Collins, Leipzig, L. Fernau.

2. Die Krankheiten des Wochenbetts.

Während des Wochenbetts entsteht bisweilen, und zwar besonders infolge von künstlichen Entbindungen oder aber durch die in der Gebärmutter zurückgebliebenen und in Fäulnis übergehenden Reste der Nachgeburt eine Entzündung der die Gebärmutter auskleidenden Schleimhaut und nicht selten auch des Zubehörs der Gebärmutter, der Mutterbänder und der Eierstöcke. Das Leiden entwickelt sich gewöhnlich am 2.—4. Tage nach der Entbindung mit Frösteln und Fieber. Der Wochenfluß wird entweder plötzlich übelriechend oder hört vollständig zu fließen auf. Die Milchabsonderung bleibt dagegen unverändert. — Auch im Wochenbette ist das kühle Wasser das beste Getränk und das beste Heilmittel. Es befördert den Schweiß und vermindert die Hitze, beugt dem Fieber vor und verschafft der Milch eine gute Beschaffenheit. Die Wöchnerin verhalte sich völlig ruhig, sowohl körperlich wie geistig; die Behandlung übe örtlich peinlichste Reinlichkeit durch häufige Abwaschungen mit lauem Wasser und leichten Einspritzungen mit Wasser von abgeschreckter Temperatur. Sodann mache man der Wöchnerin mit Vorsicht einen Leibumschlag, der bis unter die Achseln reicht, mit Extrakompressen, falls Entzündung der Mutterbänder oder Eierstöcke bestehen sollte. Man hülle die Füße recht warm ein und lege, wenn nötig Wärmflaschen an dieselben. Gelingt es, die Wöchnerin in Schweiß zu bringen, so nimmt auch der Wochenfluß bald wieder seinen geregelten Fortgang. Die Leibumschläge gebe man täglich zwei Mal und wechsele, sobald die Hitze zu groß werden sollte. Den Kopf bedecke man mit kühlen Umschlägen. Die Diät bestehe aus kühlen, schleimigen Suppen und Fruchtlimonaden.

a) Gebärmutterentzündung im Wochenbett. Außer der Schleimhaut der Gebärmutter kann sich auch die übrige Substanz derselben entzünden. Dieselbe beginnt alsdann mit einem starken Frostanfalle, mit einer schnellen und hochgradigen Temperatursteigerung (41 ° C.) und einer bedeutenden Vermehrung des Pulses (bis zu 120 in der Minute). Außerdem ist das Organ äußerst schmerzhaft, besonders bei Druck auf den Unterleib, auch fühlt die Hand durch die Bauchdecken hindurch an der schmerzhaften Stelle eine harte, mehr oder weniger unregelmäßige (höckrige) Geschwulst. Die Stuhlentleerungen sind behindert, und in dem Bereiche der vom Kreuzbein ausgehenden Nervengeflechte, die bis zur Ferse herab ausstrahlen, treten Schmerzen und Ameisenlaufen auf. Unter gewöhnlichen Umständen währt die Krankheit mehrere Wochen und geht nicht selten in Eiterbildung über, indem sich der oder die vorhandenen Eiterherde nach der Schenkelbeuge hin öffnen. — Bei Entzündungen der Gebärmutter und der Schamteile kann man ohne alle Besorgnis gut ausgedrückte Umschläge anwenden, doch belege man dieselben mit einem trockenen Tuche, um Erkältung und den Zutritt von Luft zu vermeiden,

und wechsele sie häufig, damit sie nicht erregend wirken. Vergl. den Art. Gebärmutterentzündung und Unterleibsentzündung. — So schnell sich auch diese Entzündung entwickelt, eben so schnell geht sie meist auch in Besserung über. Ein reichlicher Schweiß hebt gewöhnlich alle schmerzhaften Empfindungen und befördert den Milchfluß. Es ist zu beachten, daß alle Anwendungsformen mit um so größerer Vorsicht und weniger scharfen Temperaturgraden gebraucht werden müssen, je mehr die Milchabsonderung und die Thätigkeit der Haut noch zu wünschen übrig läßt. Schwächt man daher den weiblichen Körper durch Blutentziehung oder durch (arzneiliche) entzündungswidrige Mittel, so vermindert man zwar für den Augenblick die Entzündung, aber man nimmt ihm auch die Kraft und die Fähigkeit, die notwendigen Regelungen der Wochenfunktionen herbeizuführen.

b) Kindbettfieber. Dasselbe entsteht dadurch, daß faulige oder jauchige, also in Zersetzung übergegangene Stoffe aufgesaugt und in das Blut aufgenommen werden und infolgedessen eine faulige oder eine Eiterblutvergiftung (Septikämie, Pyämie) entsteht. Die Folge hiervon ist, daß die in das Blut aufgenommenen, faulen und sich zersetzenden Stoffe auch eine schnelle Zersetzung des Blutes herbeiführen, welche je nach dem Maße, in welchem sie sich ausgebildet hat, schneller — in wenigen Tagen — oder langsamer zum Tode führt. — Wenn in den ersten Tagen des Wochenbetts heftige Schüttelfröste auftreten, die Wöchnerin auffallend matt ist, die Gebärmutter schmerzhaft ist und der Wochenfluß eitrig, jauchig oder blutig-wässrig und außerdem übelriechend wird, so sind die hauptsächlichsten Anzeichen eines bestehenden oder sich ausbildenden Kindbettfiebers vorhanden. Nicht selten beteiligt sich der Bauchfellüberzug der Gebärmutter an der bösartigen Entzündung und treten alsdann hochgradiges Fieber, Übelkeit, Erbrechen, hohe Auftreibung (Trommelsucht) und so hochgradige Schmerzen des Unterleibes ein, daß auch nicht die leiseste Berührung desselben vertragen wird, und die Kranken nur ganz flach und oberflächlich zu athmen wagen. Durch die fauligen Stoffe, welche in den Blutstrom aufgenommen werden, kann es geschehen, daß in den verschiedensten Körperregionen gleichartige oder ähnliche Prozesse oder anderweitige schwere Erkrankungsformen (Herzbeutel-, Brustfellentzündung 2c.) entstehen. Zu den Schüttelfrösten gesellt sich weiterhin eine hochgradige Hitze, die Haut nimmt eine wachsgelbe Farbe an, der Ausfluß aus den Geschlechtsteilen wird äußerst übelriechend und die Kranken fallen in Schlummersucht und Delirien (Phantasieren), die bald zum Tode führen. — „Bei einem geringen Kindbettfieber", erzählt Dr. Munde, „das infolge einer Erkältung der Füße, welche die Wöchnerin aufgedeckt hatte, entstanden war, und das sich durch einen unerträglichen Kopfschmerz charakterisierte, ließ ich der Kranken feuchte Handtücher um die Füße wickeln und kühlende Umschläge um Kopf und Stirn machen. Die ersteren blieben liegen und die letzteren wurden alle halbe Stunde gewechselt. Schon am dritten Tage hatte sie Frieseln an den Beinen unter den Um-

schlägen, der Schweiß hatte sich wieder eingefunden und der Kopfschmerz mit dem Fieber war weg." — Im Übrigen s. den Artikel Kindbettfieber S. 250.

c) Weiße Schenkelgeschwulst. Dieselbe kann entweder bösartiger Natur sein, indem sie als Teilerscheinung des Kindbettfiebers auftritt, oder sie findet ihre Entstehungsursache in der Verstopfung einer größeren Schenkelblutader durch ein Blutgerinnsel, wodurch es zu einer umfangreichen Störung des Blutumlaufes kommt und eine wasserfüchtige Anschwellung des Schenkels entsteht, sodaß der Finger, welchen man in die Haut drückt, wie in einem festen Teige eine Grube zurückläßt, oder die Haut durch die Entzündung des Unterhautbindegewebes eine brettartige Härte annimmt, die, wenn sie sich selbst überlassen wird, weiterhin sich verteilt oder in Vereiterung übergeht. — Man suche so viel als möglich eine derartige Geschwulst nicht bis zur Eiterung kommen zu lassen, weil die letztere eine Störung in der Milchabsonderung und dadurch eine erhebliche und nicht ungefährliche Verschlimmerung des Allgemeinbefindens herbeiführen würde. Man wende das entzündungswidrige Verfahren an, indem man häufig gewechselte leichte Kompressen auf die Geschwulst legt und stärkere, erregende Kompressen auf das andere, gesunde Bein. Man massire auch oberhalb der Geschwulst die Venen nach dem Herzen zu, und suche also auf jede Art die Geschwulst rechtzeitig zur Verteilung zu bringen.

d) Leiden der Brustdrüse und der Brustwarze. Die Brüste sind nicht selten während des Verlaufs des Wochenbettes der Sitz gewisser krankhafter Affectionen, wodurch die naturgemäße Ausübung der Mutterpflichten erschwert oder unmöglich gemacht wird. Ein Milchüberfluß ist bisweilen in solchem Maße vorhanden, daß der Kräftezustand der Mutter darunter leidet und selbst Abmagerung eintritt; daneben bestehen oft Kongestionen nach dem Kopfe und Stuhlverstopfung. — Verderbnisse, Mangel und Versetzungen der Milch werden bei naturgemäßer Wasserbehandlung nie vorkommen; desgleichen ist der eintretende Milchüberfluß gewöhnlich nur eine Folge zu üppiger, erregender Nahrungsweise, und kann deshalb ein Rückgang des kräftezehrenden Zustandes nur durch eine ganz einfache, entziehende Diät herbeigeführt werden. Die Kranke lebe von Obst und Brot und leichten Wassersuppen, und wende außerdem noch ableitende Beinpackungen an, so wird sich bald der Normalzustand wieder einstellen. Sollte jedoch die Befolgung der genannten Vorschriften noch keine wesentliche Änderung des Zustandes herbeiführen, so entnehme man für kurze Zeit den Säugling und lege sowol ableitende Kompressen auf die Brüste, als auch auf die Schultern und Oberarm. — Der Milchmangel ist in höherem oder geringerem Grade in unserer Zeit weit mehr vertreten als ein Überfluß in der Milchabsonderung. Eine ungenügende Pflege der Brust, eine mangelhafte Ernährung; das zu jugendliche oder zu vorgeschrittene Alter der Säugenden oder auch die mangelhafte Entwickelung der Substanz der Drüse sind die gewöhnlichen Ursachen. Da

also in diesem Falle die tiefer liegenden Ursachen und Vergehen nicht in wenigen Tagen wieder gut gemacht werden können, so ist dem eigentlichen Milchmangel auch nicht durch irgend welche „Mittel" abzuhelfen. Andererseits kann die Milchabsonderung unterstützt werden durch den Genuß von schleimigen, mehligen Speisen. Allerdings sind derartige Speisen für den genannten Zweck auch nur dann wirksam, wenn die Verdauung eine gute und das ganze Befinden der Wöchnerin ein derartiges ist, daß eine wenigstens teilweise genügende Milchabsonderung sicher erwartet werden kann. Wenn jedoch die Verdauung darniederliegt, wenn das Blut arm an Ernährungsbestandtheilen ist, oder durch ein Leiden der Athmungsthätigkeit die normale Beschaffenheit entbehrt, so können auch obige Speisen nicht das Gewünschte erreichen. Sollte der Säugling nicht im Stande sein, die Milch herauszuziehen, weil vielleicht die Warzen zu kurz sind, so giebt es hiergegen kein besseres Verfahren, als daß eine Person solange und behutsam an den geschwollenen Brüsten saugt, bis die Milch herausfließt. Der warme Mund des Saugenden übt einen Lebensreiz auf die feinen Nerven der Brust aus, wie ihn keine künstliche Milchpumpe in ähnlicher Weise stattfinden lassen kann. Setzt man dieses Verfahren einige Tage fort, so schwindet gewöhnlich auch eine etwa bestehende Milchgeschwulst; ebenso läßt ein vorhandener Schmerz nach, und das höchste Ziel einer diesbezüglichen Behandlung, das Stillen des Kindes, wird möglich gemacht. Auch die zu kleinen Warzen lassen sich viel besser vor als nach der Geburt mit Erfolg behandeln. Eine Schwangere achte bei Zeiten darauf, ob ihre Brustwarzen für das Säugen zu kurz sein könnten und sorge während der ganzen letzten Zeit der Schwangerschaft für die Verlängerung derselben. Sie ziehe dieselben öfters täglich mit den ein wenig eingeölten Fingern hervor und setze dies auch nach stattgefundener Geburt fort. Sollten sie trotz alledem nicht genügend hervortreten, so eignet sich die Wöchnerin nicht zum Stillen und das Kind muß künstlich ernährt werden.

Die Milchgeschwulst besteht in einer Ansammlung von Milch in der Brustdrüse, wodurch dieselbe sich in außerordentlich schmerzhafter Weise um das Doppelte bis Dreifache vergrößert. Die Milchgeschwulst entwickelt sich sehr schnell, jedoch ohne entzündliche Erscheinungen und geht ohne entsprechende Maßnahmen entweder in Verhärtung oder Vereiterung über; im letzteren Falle bisweilen eine Michfistel zurücklassend. — Die Kranke verhalte sich durchaus ruhig und lebe diät, um den Andrang der Milch zu beschränken. Im Übrigen vergl. Milchüberfluß. —

Die Entzündung der Brustwarze entsteht gewöhnlich infolge von Wundheiten, welche durch das Säugen bisweilen veranlaßt werden. Es muß in diesem Falle sofort das Säugen unterbrochen werden, damit nicht eine schwere Entzündung oder Eiterung sich entwickelt. Man behandele die Brust mit kühlen Umschlägen, fette sich ein und versuche das Auflegen von Gummisaugern, an welche sich jedoch die Kinder schwer gewöhnen. Muß eine anhaltende Entwöhnung stattfinden, so schränke

man auch sofort die Diät ein, damit kein anhaltender Milchandrang nach den Brüsten stattfindet. Bisweilen zeigt sich ein nässender, heftig juckender und schmerzhafter Bläschenausschlag an der Brust. Die kleinen weißen oder roten Bläschen platzen auf und leeren ihren Inhalt und bilden alsdann eine Borke. Durch die große Schmerzhaftigkeit des Leidens wird das Stillen zur Unmöglichkeit. — Auch hier muß eine Behandlung wie bei dem folgenden Leiden stattfinden. Man achte auch besonders auf den Zustand der Verdauungsorgane, und ob hier alles in Ordnung sei, sobald stillende Frauen über Schwindel, Herzklopfen, Mattigkeit u. s. w. klagen, und thue diesbezüglich das Erforderliche.

Die eigentliche (akute) Entzündung der Brustdrüse tritt entweder während des Stillens oder, nachdem dasselbe beendet ist, auf, nicht selten auch bald nach der Entbindung, besonders wenn die Wöchnerin nicht stillen will und kann. Sie hat ihren Grund in einer Milchansammlung und Verstopfung in einzelnen Teilen der Milchdrüse, wodurch sich schmerzhafte und verschiebbare Knoten bilden, und die Haut über denselben rot und hart wird. Unter Fieberbewegungen (Hitze und Frost) bildet sich ein Eiterheerd, welcher weiterhin nach außen hin oft an verschiedenen Stellen die Haut durchbricht. Kommt es zur Aufsaugung, was selten der Fall ist, so bleiben gewöhnlich Knoten unter der Haut zurück. — Da das Unterbrechen des Stillens sehr nachteilig für die Wöchnerin ist, so widme man einer entstehenden Entzündung der Brust die größte Aufmerksamkeit und Sorgfalt. So lange die Brust nur entzündet ist, ohne zu eitern, kann man durch leichte Kompressen auf dieselbe, sowie stärkere Kompressen im Nacken oder den Schultern eine Ableitung der Entzündung herbeiführen. Und wenn man durch dieses Verfahren auch eine Eiterung nicht immer wird verhüten können, so wirkt dasselbe doch dahin, eine sich noch entwickelnde Eiterung auf einen nur kleinen Raum zu beschränken. Tritt dieselbe ein, so ist das Verfahren wie bei Eiterbrust (s. d.) anzuwenden, nur daß hierbei dieselben Beschränkungen stattfinden, wie sie der Zustand der Kranken als Wöchnerin bedingt.

Da eine Heilung der wunden Brustwarzen so schwierig und mit mancherlei bedenklichen Folgeerscheinungen (Nichtabfluß der Milch, nicht natürliche Ernährung des Säuglings) verknüpft ist, so erscheint eine Verhütung dieser Zustände als das Einfachste und Sicherste. Bereits während der ganzen Schwangerschaft stärke man besonders die Brüste mit kaltem Wasser, halte sie 4—6 Wochen vor der Niederkunft öfter über Wasserdampf und reibe sie darnach mit einem milden, reinen Fette ein.

3. Krankheiten des Neugeborenen.

a) Der Scheintod der Neugeborenen ist die Folge davon, daß während der Geburt die Zufuhr von frischem Blute zur Frucht dadurch unterbrochen wurde, daß die Nabelschnur eine anhaltende Zusammendrückung erfuhr. So lange nämlich die Frucht durch den Nabelstrang und den Mutterkuchen mit dem mütterlichen Organismus verbunden ist

und durch diesen athmet, indem das in der Lunge der Mutter durch den Sauerstoff aufgefrischte Blut nach dem sog. Mutterkuchen hinfließt, findet daselbst ein Austausch zwischen den Bestandteilen des Mutterblutes und jenen des Blutes der Frucht durch die feinen Aderwände hindurch statt, da bekanntlich eine direkte Verbindung zwischen den Blutgefäßen der Mutter und denjenigen der Frucht nicht besteht. Sobald daher die Nabelschnur, welche den Verkehr zwischen dem Blute der Mutter und der Frucht vermittelt, einen andauernden Druck erleidet, so kommt es zu einer Anhäufung der durch den Stoffwechsel entstehenden Kohlensäure im Blute der Frucht, und es treten infolgedessen instinktive Athembewegungen ein, durch welche die Frucht einen Teil der sie umgebenden flüssigen Substanzen (Fruchtwasser, Geburtsschleim) in die Luftwege zieht. Derartige Neugeborene sind bläulich und gedunsen im Gesicht und athmen nicht, nachdem sie den Mutterschoß verlassen haben, da die Luftwege mit Schleim und anderweitigen Substanzen angefüllt sind — ein Umstand, der, wenn von längerem Bestande, den Tod verursacht. Aber auch anderweitige Verhältnisse, z. B. der während der Geburt bisweilen entstehende Blutdruck im Gehirn, besonders bei künstlichen Entbindungen und bei vorhandener Enge der knöchernen Geburtswege (zu enges Becken) kann den in Rede stehenden Zustand von Scheintod herbeiführen. Ist dagegen Lebensschwäche die Ursache des Scheintodes, so ist die Haut der Frucht blaß, welk und kühl, der Kopf und die Gliedmaßen hängen schlaff herab, die Nabelschnur hat ihre Prallheit verloren und ist welk, der Mund und der After klaffen. — Die Behandlung siehe unter Scheintod.

b) Die Rose der Neugeborenen besteht in einer lebhaft roten und glänzenden Hautgeschwulst in der Nabelgegend, von wo aus sie sich über den ganzen Leib, die Geschlechtsteile, die Brust nach dem Rücken hin verbreitet. Selbe ist dadurch besonders gefährlich, daß eine Blutvergiftung erfolgt. Schuld an dieser Entzündung trägt oft das zu frühe und gewaltsame Abtrennen des Nabelstranges, und Mangel an Reinlichkeit befördert dann noch das Übel. Je mehr Falten und Vertiefungen der Nabel hat, um so sorgfältiger muß das tägliche Waschen vorgenommen werden. Ist die Entzündung eingetreten, so mache man Kompressen auf den Nabel von abgeschrecktem Wasser und ernähre das Kind nur mit Haferschleim, falls angenommen werden kann, daß die Milch der Mutter erregend auf dasselbe wirken könnte. Man bade es nicht zu warm, schütze es vor Erkältung und überlasse das Heilen der Natur. Kann es das Baden nicht vertragen, so muß an dessen Stelle die oft gewechselte reine Wäsche treten.

c) Die Augenentzündung der Neugeborenen ist in vielen Fällen katarrhalischer Natur, aber in einer Anzahl von Fällen hat dieselbe einen croupösen oder diphtheritischen Charakter und führt alsdann in wenigen Tagen (4—5) die Zerstörung des Auges herbei. Die Lider sind bedeutend geschwollen, bläulich glänzend und gespannt, sodaß sie nur sehr schwer oder gar nicht geöffnet werden können; aus den inneren Augenlidern fließt

gewöhnlich eine sehr scharfe, ätzende, schleimartige Flüssigkeit; bei den bösartigen Fällen ist die Entstehungsursache dadurch gegeben, daß die Mutter mit einem scharfen Ausflusse aus den Geburtsteilen behaftet ist, und von diesen, während die Frucht die Geburtswege passirt, etwas in die Augen derselben gelangt oder durch Auswaschen der Augen mit einem durch den erwähnten schädlichen Stoff verunreinigten Schwamme eine Übertragung und Ansteckung stattfindet. — Der gute oder ungünstige Ausgang des Leidens ist hauptsächlich von der Art der Pflege abhängig, die das Kind erhält. Die Behandlung besteht in nichts weiter, als in ununterbrochener Reinhaltung des Auges und in mehr kühlen als warmen Bädern des Körpers, und drittens in Ruhe des Auges. Wie viel aber wird bezüglich der Ruhe und Reinigung der Augen gesündigt! Oft wird das Kind ganz unnötig gestört, nur weil der Arzt sich überzeugen will, ob das Auge innerlich angegriffen ist oder Ähnliches, oder die Wärterin wischt die Augen auf rohe und unzarte Weise aus, wodurch der eiterartige Schleim oft an den Wangen hängen bleibt und sich verhärtet. Oft wählen sie auch schlechte Reinigungsmittel, indem sie die Augen einfach mit einem Schwamm betupfen, in welchem noch (vielleicht vom Auswaschen der Wöchnerin) fremdartige Stoffe sich befinden. — Die Reinigung der Augen darf nicht durch Abwischen, sondern nur durch Abtupfen geschehen; man nehme dazu nur ein feines Batisttuch oder weiche alte Leinewand; man löse erst den Reiz gebenden eitrigen Schleim vollständig auf, ehe man ihn entfernt, und endlich nehme man zum Auflösen laues, zum Nachtupfen kühleres Wasser.

Schwären. Heftig brennende Geschwülste von der Größe einer Erbse bis zur Größe einer Wallnuß, die blutigen Eiter enthalten und häufig von Fieber begleitet sind, nennt man Blutschwären oder Eitergeschwülste, Furunkel, und, wenn sie besonders groß sind: Abscesse. Das Erscheinen von derartigen Blutschwären betrachtet man bei der Wasserbehandlung immer als ein günstiges Zeichen von der Kraft des Körpers, schlechte Stoffe auszuscheiden. Es kommt deshalb auch vor, daß nicht blos einige, sondern oft Dutzende von Blutschwären auf dem Körper des Patienten entstehen, deren Ausbruch man dann noch mit reichlichem Wassertrinken und Schwitzpackungen befördert. Bei übergroßer Anzahl der Schwären hat der Kranke wegen des Fiebers und der Schmerzen fast ununterbrochen in Leintüchern zu liegen. Es ist für einen behandelnden Naturarzt von Wichtigkeit, seine Patienten, besonders diejenigen, welche früher viel medizinirten, auf das Auftreten derartiger Schwären als ein günstiges Zeichen bei Zeiten vorzubereiten, weil ihm sonst dieselben, erschreckt über die scheinbare Verschlimmerung, aus der Praxis laufen und den Ruf ihres Arztes sowohl wie den der Naturheilkunde schädigen. Im Übrigen werden, sobald bei der Wasserkur auch eine angemessene, nicht zu stark nährende und nicht erregende Diät gegeben wird, die genannten Schwären auch selten in so großer Zahl auftreten. Vergl. auch d. Art. Karbunkel.

Schwarze Gelbsucht, s. unter Gelbsucht.

Schwarze Krankheit, s. Blutbrechen.

Schweinspocken, s. unter Pocken, unächte.

Schweiß, s. Schwitzen.

Schwerharnen, s. Harnverhaltung.

Schwerhörigkeit. Dieselbe wird häufig schon nach wenigen Tagen durch fortwährend getragene Umschläge um Ohren und Schläfen geheilt. In hartnäckigen Fällen muß man, sofern überhaupt noch eine Möglichkeit der Besserung vorhanden ist, mit den Umschlägen länger fortfahren und außerdem die Ohren täglich mit kaltem Wasser begießen.

Schwerverdaulichkeit, s. Gastrischer Zustand.

Schwimmen, s. unter Bäder.

Schwindel. Derselbe ist eine Begleiterscheinung vieler anderer Krankheiten wie Ohnmacht, Schlagfluß ꝛc. und muß seine Behandlung in Feststellung der Ursache und deren Behandlung bestehen. Es zeigt sich besonders bei Nervenschwäche, Störungen in den Verdauungsorganen und bei Vollblütigkeit. Man wähle dann die Behandlung, wie sie bei Nervenschwäche, Gastrischer Zustand und bei Kongestionen angegeben ist. Leichtere Anfälle hebt man am sichersten durch Wassertrinken, kalte Waschungen, Umschläge um den Kopf und kühle Fußbäder, also durch eine allgemeine Anregung des Körpers durch kühles Wasser, gleichzeitig mit einer milden, alle heftige Erregung ausschließenden Diät.

Schwinden, s. Schwindflecke und Schwund.

Schwindflecke, Schwindknötchen, Knötchenflechte, eine Ausschlagsform der Haut, welche weder eitert noch näßt, kleine rote Knötchen, die allmälig in Abschuppung übergehen, wobei Kopf- und Magenschmerzen und leichtes Fieber besteht. Es werden gewöhnlich nur Erwachsene davon befallen und ist die Ausschlagsform gewöhnlich Begleiterscheinung einer fehlerhaften Blut- und Säftemischung. Die Flechtform zeigt sich z. B. auch häufig bei Solchen, welche an Skrophulose leiden. Sie tritt besonders an den Beugeteilen des Rumpfes und der Gliedmaßen auf. Behandlung s. u. Flechten und Hautausschläge.

Schwindsuchten, Auszehrungen oder Abzehrungen, sind allerdings heilbar, sofern man bei Zeiten die Behandlung mit Wasser, verbunden mit einer richtigen Diät, eintreten läßt. Bei völlig ausgebildeten Leiden, wo bereits halbe Organe zerstört sind, kann natürlich auch durch das Naturheilverfahren keine gründliche Heilung mehr erzielt werden, wol aber Linderung des Leidens und teilweise Besserung. Es ist jedoch von größter Wichtigkeit, in welcher Weise dieses Naturheilverfahren hier seine Anwendung findet. Kein anderes Mittel als das Wasser vermag auf die Schwindsucht, welche Ursachen sie auch haben mag, so günstig einzuwirken, aber die falsche Anwendung desselben steht ebenfalls bezüglich ihrer directen Schädlichkeit auf der gleichen Stufe wie der Arzneigebrauch bei Schwindsuchten.

Bezüglich der Einteilung der Schwindsuchten ist zu bemerken: man spricht von Auszehrungen, wenn ein durch bestimmte Ursachen bedingter

übermäßiger Verbrauch an Stoffen und Kräften besteht; von Abzehrungen oder Darrsuchten, wenn nur ein mangelhafter Ersatz der verbrauchten Stoffe stattfindet. Die häufigsten Auszehrungen sind die Lungenschwindsucht (s. d.) und die Luftröhrenschwindsucht (s. d.) und bezieht sich alles weiterhin Gesagte hauptsächlich auf diese beiden Leiden. Außerdem kommen jedoch noch, wiewol seltener, Auszehrungen vor infolge Verhärtungen und Eiterungen der Leber, Milz, der Gekrösdrüsen, der Nieren, der Harnblase, der Gebärmutter, für welche die hier gegebenen Winke gleichfalls sich eignen. Ueber Abzehrungen vergleiche noch die Artikel Abzehrung, Darrsucht, Hüttenkatze, Nervenschwindsucht und Rückendarre.

Hat man Grund, eine Auszehrung oder Anlage dazu zu vermuten, so besteht das erste Gesetz der Behandlung darin, auf den vorhandenen Kräftezustand des Kranken die allergrößte Rücksicht zu nehmen. Alles, was geeignet erscheint, die abnehmenden Kräfte des Kranken noch mehr zu vermindern, also starkes Schwitzen und Douchen, übermäßige körperliche Bewegung, erhitzende Speisen und Getränke, geistige Überanstrengungen, seelische Aufregungen müssen thunlichst vermieden werden. Dagegen wirken ein mildes, nicht zu heißes Klima, täglich angemessene Körperbewegung, eine vorwiegend vegetabilische Nahrung, der Genuß der Sonne, so oft und so lange als dies nur möglich ist, angenehme seelische und geistige Eindrücke, Umschläge um die leidenden Teile, leichte tägliche Waschungen des ganzen Körpers und ein leichtes, vielleicht 1—2mal wöchentlich vorzunehmendes Schwitzen auf alle Fälle in milder Weise anregend und somit indirect und — indem dadurch zugleich der Appetit sich hebt — direct Kräfte gebend. Man beginne die Behandlung mit öfteren Waschungen der Brust und des Unterleibes und verordne dem Kranken den nur mäßigen Genuß frischen Wassers und lasse im Übrigen den Körper warm, doch nicht luftabschließend, kleiden. Um die leidenden Teile (also Brust, Hals, Magen ꝛc.) gebe man je nach eintretenden Zufällen erwärmende Umschläge und lasse die Diät (s. Diät und den Art. Naturheilverfahren) kräftigend, doch mild und mehr kühl als warm sein. Jede körperliche Überanstrengung, sowie jede erregende Geistesthätigkeit muß sorgfältigst vermieden werden. Nur ganz langsam und auf alle Fälle nur dann, wenn eine Kräftezunahme ersichtlich ist, gehe man zu Waschungen des ganzen Körpers über, gebe im weiteren Verlaufe der Kur kräftige und länger andauernde Waschungen und verbinde dieselben mit Fuß-, Halb- und Sitzbädern (s. kräftigendes Verfahren i. d. Art. Naturheilverfahren). Erst wenn man sich von thatsächlich eingetretener Heilung überzeugt hat und ein zunehmender Kräftezustand besteht, versuche man den Gebrauch von kühlen Vollbädern und Douchen. Zur Hebung von bestehenden Verschleimungen, welche unter Umständen (d. h. besonders bei weiterer Sorglosigkeit des Kranken) Anlaß zu einem Rückfalle geben können, lasse man ihn bei Besserung des Allgemeinbefindens in nassen Leintüchern schwitzen, douche und lasse ihn außerdem beständig

Umschläge um die kranken Teile tragen. — Hatte die Schwindsucht von schweren Störungen in der Verdauung ihren Ausgang genommen, so muß natürlich hauptsächlich auflösend und stärkend auf die Verdauungsorgane gewirkt werden und zwar durch fleißiges Trinken von kaltem Wasser (morgens schluckweise), durch Umschläge um den Unterleib, Sitzbäder und, wenn durchaus nötig, noch durch Klystiere. Letztere sollten aber durch eine richtig ausgewählte, leicht verdauliche Kost von selbst unnötig gemacht werden, da sie durch zu häufige Anwendung nur eine Schwächung des Darmes herbeiführen und somit der allgemeinen Kräftigung wieder entgegenarbeiten. Sollten sich die erwähnten Maßnahmen als zu angreifend erweisen, so lasse man zuerst das Schwitzen fort. Die Behandlung mit Wasser bei Abzehrungen wird um so mehr eine erfolgreiche Wirkung zeigen, je weniger der Patient bisher den wohlthätigen Einfluß des Wassers kennen zu lernen Gelegenheit hatte. Bei veralteten Verhärtungen und Vereiterungen der Unterleibsdrüsen wird man allerdings nur Linderung der Beschwerden erhoffen dürfen, dagegen wurden entstandene organische Fehler, Verhärtungen der Unterleibsdrüsen ꝛc. noch häufig durch Wasserkuren geheilt, und zwar hauptsächlich dadurch, daß durch häufige Schwitzpackungen die Verhärtungen erweicht wurden und dann durch das infolge der angeregten Naturkraft erzeugte Fieber zur Auflösung und Verteilung gelangten.

Bei eintretenden Nachtschweißen lasse man den Patienten auf der einfachen Matratze bei leichter, doch genug Wärme gebender Bedeckung schlafen und bei eingetretenem Schweiße sich leicht mit kühlem Wasser waschen. Auch ist es dienlich, vor dem Schlafengehen ein Sitzbad zu nehmen. Desgleichen bedarf die Diät einer Abänderung. Aß der Kranke bisher zu viel, so schränke man das Essen in Etwas ein; aß er zu wenig oder zu streng vegetarisch, so gestatte man ihm leichte Fleischspeisen, Fisch und Geflügel. Das hauptsächlichste Hilfsmittel zur Behandlung und Heilung jeder Art von Schwindsuchten, sofern dieselben schon von den Eltern vererbt, oder die Anlage zu denselben schon in früher Jugend erworben wurde, ist und bleibt immer die rechtzeitige Verhütung der vollen Entwickelung des Leidens. Von der ersten Jugend an sorge man durch Anwendung einer milden Wasserbehandlung, durch ausreichenden Genuß von frischer Luft und durch eine ernährende, aber nicht erregende Diät die allgemeine Körperkraft zu heben und stärken, damit sie dann durch sich selbst die irgendwo örtlich vorhandene Schwäche zu beseitigen vermag. Man wird dadurch auch ebensowenig die Entwicklung anderer Leiden, welche die Auszehrung im Gefolge haben, zu fürchten brauchen. Vergl. Selbstbefleckung.

Schwitzen. Dasselbe ist eine Anwendungsform des Wasserheilverfahrens, welche dessen Wirksamkeit außerordentlich erhöht, indem es einerseits auflösend auf die Stockungen in den Gefäßen und den Ernährungsorganen wirkt und zugleich die aufgelösten schädlichen Stoffe entfernt, andererseits indem es überhaupt die Wirkuug derWasserkur nach

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Wunsch des Behandelnden zu verstärken vermag. Angewendet wird das Schwitzen auf zweierlei Art, nämlich durch Schwitzen in wollenen Decken oder in nassen Leintüchern. Beim Schwitzen in wollenen Decken wird der Kranke, völlig entkleidet, in eine große wollene Decke fest eingehüllt, wobei am Halse und an den Füßen der überstehende Stoff fest eingestopft wird, damit keine Luft hinzutreten kann und der Kranke in der von ihm selbst ausgeströmten Wärme zum Dunsten kommt. Am besten geschieht eine derartige Einwicklung, wenn sich der Kranke, die Beine lang ausgestreckt, die Arme fest an den Körper geschlossen, auf die auf dem Bette ausgebreitete Decke legt, welche nun erst von einer, dann von der anderen Seite fest um ihn herum gelegt wird. Hält man es nach Befragen für nötig, so lege man ihm noch vorher ein Uringlas zwischen die Beine. Leidet der Kranke leicht an Blutandrang nach dem Kopfe, so lasse man den Kopf frei, im anderen Falle hülle man ihn bis auf das Gesicht, welches frei bleibt, mit ein. Bei örtlichen Schwächen oder Schmerzen (Gichtknoten, Herzleiden, Magenleiden ꝛc.) gebe man vorher noch örtlich Kompressen. Damit der Kranke in der Packung etwas Freiheit der Bewegung behält und doch die Packung nicht lockern und dadurch Luft zulassen kann, ist es am besten, ein noch vorher untergelegtes, mit Bändern versehenes Leintuch fest um die Packung zu binden. Zur größeren Bequemlichkeit kann man ihm auch eine mit einer Klingelschnur verbundene Schnur mit einpacken. — Je nach dem Grade der Erwärmung, welche man beabsichtigt, bleibt nun der Kranke in der Packung längere oder kürzere Zeit liegen. Befördert wird der Ausbruch des Schweißes (der gewöhnlich erst nach einer Stunde stattfindet) durch leichte unter der Umhüllung mögliche Bewegungen des Kranken. Nach Ausbruch des Schweißes öffne man, dabei den Kranken vor Zugluft schützend, das Fenster und gebe ihm nach Bedürfnis, doch immer nur schluckweise, zu trinken, unter Umständen, d. h. wenn die Hitze zu groß werden sollte, einen Umschlag auf den Kopf. — Nach der Schwitzpackung, welche je nach Umständen 1—4—5 Stunden dauern kann, giebt man ein Voll-, Halb- oder Regenbad, wobei der Kranke, sobald er aus der Packung kommt, sich fest mit seinem Mantel zu umhüllen und somit so wenig wie möglich in Berührung mit der Luft zu kommen hat. Solche, die an Blutandrang leiden, mögen vorher noch einige Schluck kühles Wasser trinken und sich Kopf und Brust nässen. Bei schwächeren Patienten genügt eine kühle Waschung des Körpers. Die nachträgliche Behandlung (behufs Abhärtung und Entfernung von aufgelösten Krankheitsstoffen) mit kühlem Wasser ist ohne alle Gefahr, da bei dieser Schwitzart ja nur die Haut zu erhöhter Thätigkeit veranlaßt, nicht aber die inneren Organe in irgend einer Weise erregt werden. — Das Schwitzen in nassen Leintüchern (vergl. den Art. Naturheilverfahren), welches hauptsächlich bei Fieber und bei Ausschlagskrankheiten jeder Art Anwendung findet, wird ganz ähnlich dem Vorhergenden ausgeführt, nur daß hier auf das Bett erst eine wollene Decke, darauf ein feuchtes Leintuch gelegt und nun

der Patient erst von beiden Seiten in das Leintuch, dann in die wollene Decke gehüllt wird. Je nach der Stärke des Fiebers und der Art der Krankheit müssen nun die Leintücher gröber oder feiner sein, das Wasser eine kältere oder gemäßigte Temperatur haben und ein mehr oder minder häufiger Wechsel der Leintücher stattfinden. Bei dem Wechsel der Leintücher hüllt sich der Kranke am besten in seinen Mantel, oder aber er geht sogleich auf ein anderes für ihn bereitetes Lager. Nach dem Schwitzen ist je nach den Umständen eine Abwaschung in Halb-, Sitz- oder Vollbad nötig. Die feuchten Packungen haben ebenfalls nicht immer um den ganzen Körper stattzufinden; sie können auch in Dreiviertel- oder überhaupt Theilpackungen bestehen. Es gilt als Regel, sobald Arme und Füße sich kühl anfühlen, nur Halbpackungen, sobald der ganze Körper fiebert, Ganzpackungen anzuwenden. Die Maßnahme an sich ist zwar in den ersten Augenblicken nicht angenehm, jedoch in keiner Weise angreifend, und das bald entstehende Wolgefühl erhöht gewöhnlich auch die geistige Stimmung des Patienten und sein Vertrauen zur Naturheilkunde. Hat der Kranke eine halbe bis eine Stunde in der Schwitzpackung gelegen, so entferne man das Leintuch und packe ihn dann trocken ein. Es ist dies ein ausgezeichnetes Mittel bei spröder Haut, bei Ausschlägen aller Art, Masern, Scharlach, Pocken ꝛc. Die Schwitzpackungen können hierbei stets ohne jede Gefahr angewendet werden, weil bei der so geringen Einwirkung der Kälte und der darauf folgenden Wärmebildung um den Körper eine Rückwirkung nach der Haut niemals ausbleibt, mithin die stockende Thätigkeit in derselben aufgehoben und überdies die inneren edlen Organe entlastet werden. Wie viele Kinder würden ihren Eltern erhalten bleiben, wenn die letzteren sich mehr mit der Anwendung dieser Schwitzpackungen bei eintretendem Unwolsein der Kinder befassen würden. Der Grad der Erwärmung und des Schwitzens richtet sich, wie wir bereits betonten, nach der Natur des vorliegenden Leidens und kann sich vom einfachen Dunsten bis zum vollentwickelten Schweiße steigern. Menschen, deren Nerven sehr geschwächt und deren Lebenskraft gesunken ist, deren Säfte infolge der Schwäche nur langsam zirkulieren, müssen erst allmählig auf das Schwitzen vorbereitet werden, oder es muß bei ihnen diese Anwendungsform gänzlich unterbleiben. Die nassen Leintücher sind, neben den Sitzbädern, die Hauptstütze des entzündungswidrigen und des beruhigenden Verfahrens.

Schwund. Dieses Leiden erfordert dieselbe Behandlung, wie sie bei der Lähmung (s. d.) angegeben wurde. Ist der Kräftezustand des Kranken und somit die Naturheilkraft in ihm nicht zu sehr gesunken, und haben nicht schon Verbildungen ganzer Teile stattgefunden, so kann man noch auf eine Besserung, unter Umständen sogar auf vollständige Heilung rechnen.

Scorbut (Scharbock). Dieses gegenwärtig nur sehr selten auftretende Allgemeinleiden zeigt sich in hauptsächlich der krankhaften Veränderung des Zahnfleisches und beruht auf einer ihrem Wesen nach noch wenig bekannten fehlerhaften Beschaffenheit des Blutes, welche zur Folge hat, daß

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

die Wände der kleinen Blutgefäße leicht zerreißen und infolgedessen in fast allen Geweben des Körpers Blutaustritte erfolgen. Indem die äußere Haut eine trockene Beschaffenheit und eine blasse, erdfahle Farbe annimmt, die Lippen sich bläulich färben und der Kranke über große Mattigkeit klagt, und sich ziehende und reißende Schmerzen in den Gliedern einstellen, färbt sich das Zahnfleisch bläulich rot, lockert sich auf und blutet leicht, und es sammelt sich zwischen den Zähnen eine übelriechende Flüssigkeit; durch die schwammige Beschaffenheit des Zahnfleisches lockern sich die Zähne und das Kauen wird schmerzhaft. Bei höheren Graden des Leidens wird das Zahnfleisch brandig und die Zähne fallen aus. Diese Erscheinungen in der Mundhöhle hat das Leiden mit der Mundfäule gemein; dagegen unterscheidet es sich von derselben, daß im weiteren Verlaufe sich in der Haut, besonders an der Streckseite der unteren Gliedmaßen Blutaustritte von verschiedener Art (punktförmig bis handtellergroß) auftreten, oder aber es erhebt sich die Haut mit blutunterlaufenen Flecken in Blasen, und nachdem diese geplatzt sind, entstehen skorbutische Geschwüre. Auch treten nicht selten haselnuß- bis hühnereigroße Geschwülste auf, besonders an den unteren Gliedmaßen. Dieselben bestehen in mehr oder weniger umfangreichen Herdaustritten im Muskelgewebe. Die Haut über denselben ist brettartig hart, glänzend und von bläulicher Farbe. Da auch in und auf den Schleimhäuten Blutaustritte erfolgen, so treten auch Magen- und Darmblutungen, blutig-wässerige Stühle und starkes Nasenbluten auf. Die mittlere Dauer des Skorbuts beträgt bei gewöhnlichem Verlauf mehrere Monate. Der Mangel an frischer pflanzlicher Kost scheint eine Hauptursache des Leidens zu sein.

Behandlung. Verhüten sowol als heilen läßt sich der Scorbut nur dadurch, daß man die ihn erzeugenden Ursachen meidet und die vorhandenen auf naturgemäße Weise zu entfernen sucht. Ganz vorzüglich, ja fast nur allein wirkt eine veränderte und im vorliegenden Falle als notwendig sich zeigende rein pflanzliche Diät. Hierbei spielen nicht blos die grünen Gemüse eine große Rolle, sondern auch alle diejenigen Speisen, welche die Nierenthätigkeit anregen, sowie endlich alle säuerlichen Speisen. Es kommen in dieser Hinsicht in Betracht: Meerrettig, Sauerampfer, Rettig, Senf, Zitronensaft, säuerliche Früchte jeder Art. — Haupterfordernis ist ferner ausreichende Sorge für frische Luft und reines, frisches, kohlensäurereiches Wasser als Getränk. — Von Wasseranwendungsformen kommen in Betracht täglich zwei Schwitzpackungen mit nachfolgendem Halb- oder Sitz- oder Regenbad; ferner Umschläge um den Unterleib, den Hals und die auftretenden Geschwüre. Außerdem muß der Mund so oft als möglich mit frischem Wasser ausgespült und gegurgelt werden.

Seebäder. Das Seebad setzt sich gewöhnlich aus dem Wasserbade und dem Luftbade zusammen, je bewegter die Luft ist, desto mehr gewinnt auch das letztere an Bedeutung. Betont muß jedoch hierbei werden, daß, sofern die Seeluft günstig wirken soll, der Gesammtzustand des betreffen-

den Patienten ein gewisses Maß von Kraft haben muß, daß die Lunge eine normale Beschaffenheit und das Nervensystem nicht zu stark geschwächt sein darf. Was die Seebäder betrifft, so glauben Viele, daß sie mit den Flußbädern verwandt sind, nur durch den stärkeren Wellenschlag noch „electrischer" wirken. Bedingt kann dies zugegeben werden beim Baden in der Ostsee und bei süßwasserhaltigen Binnenseen. Bei Salzwasser-Seebädern liegt die Sache anders und wir können hier nur unterschreiben, was schon Rausse darüber sehr richtig bemerkte: „Das Salzwasser hat nicht die reine Eigenschaft des Zersetzens der Körper, sondern mehr des Zerätzens durch seine Schärfen und Salze, und ist deshalb zu einer wahren radikalen Heilungskur unbrauchbar. Denn in und nach dem Salzwasserbad reagirt der Körper nicht allein gegen die Zersatzkraft, sondern auch gegen das Eindringen der Schärfen und Salze. Weil immer ein großer Theil seiner Thätigkeit gegen diese letztere gerichtet ist, kann er die ungeteilte Kraft nicht gegen seine alten tief innewohnenden Krankheitsstoffe richten. Es gehört jedes Salzwasser und jeder sogenannte Gesundbrunnen ganz in die Kategorie der Medizin, weil alle diese unreinen Wasser medizinische Bestandtheile bei sich führen."

Seelenkrankheiten s. Geisteskrankheiten.

Seitenstechen kann herrühren von leichten Erkältungen, Blähungen Rheumatismen und Leberkrankheiten, häufig auch von Brustentzündung. Liegt ein leichter Fall vor, so läßt sich derselbe durch warme Umschläge und desgleichen Fußbäder schnell beseitigen; in schweren Fällen behandle man, wie bei Brustentzündung angegeben. Man vergleiche auch die übrigen veranlassenden Ursachen, nach denen auch Leberstiche und Leberkrankheiten.

Selbstbefleckung. An vielen Stellen dieses Buches hatten wir Gelegenheit, über die traurigen Folgen dieses so weit verbreiteten Lasters zu reden, und bei zahlreichen Leiden mußten wir dasselbe als Grundursache anführen. Schon in früher Jugend wird hierzu oft der Keim gelegt, und viele Eltern wissen oder ahnen nicht einmal von dem im Verborgenen zur Ausübung kommenden Laster ihrer Kinder oder Pfleglinge. Andererseits aber bringt es die ganze Art unserer Lebensweise, viele unserer Gewohnheiten und Gebräuche mit sich, daß nicht blos das Nervensystem an sich, sondern besonders die geschlechtliche Sphäre schon frühzeitig gereift und überreizt wird, wodurch der Hang zur Onanie natürlich häufig genug hervorgerufen und gestärkt wird. Hierzu kommt, daß die große Mehrzahl der Kinder an Würmern leidet, und diesem Leiden häufig genug von den Eltern nicht die nöthige Beachtung gezollt wird. Während des Schlafes wandern nun oft die Würmer aus dem Darme heraus und (besonders bei weiblichen Kindern) in und an die Geschlechtsteile; infolgedessen entsteht dort ein Reiz, ein Jucken, dem die Kinder unwillkürlich und während des Schlafes durch Reiben zu begegnen suchen und zwar mit um so stärkerem Reiben, je größer der ihnen unangenehme Reiz ist. Hört weiterhin das Wurmleiden auf, so haben die Kinder die angenehme

Wirkung des Reibens im Gedächtnis behalten und üben dies unwillkürlich (und anfänglich unabsichtlich) weiter, wenn sie z. B. früh trotz Erwachens noch in der Bettwärme bleiben müssen und sonst weiter keine Beschäftigung haben. So lernt ein Kind die Onanie schon häufig vom 2. Jahre ab, und wenn die Eltern später bei dem 10—12jährigen Kinde erschreckt die üble Angewohnheit bemerken, suchen sie meist die Schuld bei schlechten Schulkameraden (was ja auch häufig der Fall ist), und doch besteht diese Angewohnheit ihres Kindes schon seit vielen Jahren. Jede Mutter kontrollire ihre Kinder auch während des Schlafes, wo dieselben die Hände lassen! Aber das einfache Legen der Hände auf die Bettdecke genügt natürlich nicht; Entfernung der Ursache ist das einzige Heilmittel neben der strengen Gewohnheit, die Kinder nicht eher ins Bett zu thun, als sie müde sind, und, sofern sie ausgeschlafen haben, sofort aufstehen zu lassen.

Von den Krankheiten, welchen Kinder ausgesetzt sind, wirken besonders die Scrofeln mit allen begleitenden Zuständen auf eine frühzeitige Erregung des Geschlechtstriebes. Desgleichen achte man, sofern das neugeborene Kind Ammenmilch bekommt, auch auf die geistige Verfassung derselben. Ist die Amme von wollüstiger, geiler Sinnesart, so kann sich die letztere durch die Milch schon auf den Säugling übertragen, indem ja jede psychische Erregung auf die Beschaffenheit der Milch ihren nachhaltigen Einfluß übt. Die Ammen stiften überdies nicht blos durch ihre Milch Unheil an: sie werden oft genug, ebenso wie die Kindermädchen, directe Verführerinnen zur Onanie. Denn teils in der Meinung, daß die Kinder „ja das nicht verstehen", teils aus egoistischer Bequemlichkeit, teils auch in der naiven Denkart, den Kleinen ein „unschuldiges Vergnügen" zu machen, spielen sie ihnen an den Genitalien und freuen sich, wenn z. B. vorher unruhige Kinder bald darauf einschlafen; ein Erfolg, der dann weiterhin als einfachstes Beruhigungsmittel der Kinder benutzt wird. Auf diese Weise wird schon frühzeitig den Kindern der Keim einer späterhin verzehrenden und die Körperkraft auszehrenden Leidenschaft gelegt. Ebenso wirkt die zu frühe Ausbildung des Verstandes und die Anregung der Phantasie auf die vorzeitige Entwicklung des Wollusttriebes. Endlich sollen sich die Mütter schon während der Schwangerschaftsperiode so wenig wie möglich zur Befriedigung ihres Geschlechtstriebes hinreißen lassen, sondern durch eine geeignete Wasserbehandlung und körperliche Bewegung für Ableitung desselben Sorge tragen. Je mehr sie sich den Gefühlen der Sinnlichkeit hingiebt, je stärker sie ihn befriedigt, desto stärker empfindet auch das in seinem ganzen Blut- und Nervenleben von ihr abhängige und aus ihr sich bildende Kind die mit jener Befriedigung verbundene wollüstige Nervenerschütterung und desto mehr werden auch die hierbei gereizten Werkzeuge des Kindes, nämlich die Geschlechtsteile und und das ganze Nervensystem desselben, für die genannte Art der Eindrücke empfänglich gemacht.

Bei den heranwachsenden Menschen ist es eine der wichtigsten Aufgaben der Erziehung, das Leben von Körper und Geist in Übereinstimmung

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

zu bringen. Hat man schon bei den Spielen der Kinder darauf zu achten, daß sie weder das Übereinanderschlagen der Schenkel sich angewöhnen, noch die (stets verdächtige) Leidenschaft für das Schaukeln, für das Steckenpferd, für das Herabrutschen auf Treppengeländern, das Emporklettern an Seilen und Stangen zu fassen, so muß beim Jüngling und der Jungfrau beeifert dafür Sorge getragen werden, daß neben der Ausbildung des Geistes auch der Körper derart gestärkt und gekräftigt werde, daß er von der geistigen Entwickelung nicht überflügelt werde; die Harmonie zwischen Körper und Geist herzustellen und zu erhalten, ist von allergrößter Wichtigkeit, leider fehlt die Erziehung gerade in diesem Punkte nur zu häufig. Ganz abgesehen nun davon, daß es stets ein Nachteil bleibt, wenn ein Mann nicht über ein gewisses Maß von Kraft und Gelenkigkeit verfügt, und abgesehen davon, daß die Stählung des Körpers wieder wohlthätig auf die Frische des Geistes wirkt und dauernd die Naturheilkraft des Körpers unterstützt, so kommt im vorliegenden Falle auch noch hinzu, daß bei der körperlichen Unthätigkeit die Blutmenge weniger für Muskeln und Sehnen verbraucht wird, und ihre Bestandteile daher für sich selbst behält, sich verdickt, scharf und reizbar wird. Diese Eigenschaft des Blutes bewirkt eine übermäßige Aufregung und Reizbarkeit des Gehirns und der Nerven, wodurch der Geschlechtstrieb vermehrt und also die Vorbedingungen zur Onanie gegeben sind. Deshalb begünstige man die körperlichen Übungen der jungen Menschen, besonders Turnen, Schwimmen, rudern, fechten und Ball schlagen lasse man die Jugend so viel sie mag, denn es ist immer ein schlechtes Zeichen, wenn ein junger Mann an körperlichen Uebungen keinen Gefallen findet. Man verhüte nur das Uebermaß und verbiete direkt unter Umständen das Reiten; denn so gesund und kräftigend es im Allgemeinen auch ist, so sollen doch Knaben und junge Männer vor erlangter Geschlechtsreife kein Pferd besteigen, da der Sattel und die Erschütterung, wie sie das Reiten erzeugt, reizend auf die Geschlechtsteile wirken und Samenergießungen hervorrufen können.

Was die äußeren Zeichen der Onanie oder Selbstbefleckung betrifft, so sind über diesen Gegenstand schon vielfache Untersuchungen angestellt worden. Für um ihre Kinder besorgte Eltern genügen folgende Resultate: Bemerkt man an im Uebrigen gesund und kräftig entwickelten Knaben oder Mädchen ein Bleichwerden der Wangen, Blässe der Lippen, während der Appetit und Schlaf sonst gut ist und sich keine weitere Krankheitsursache findet, sind die Kinder träge und kopfhängerig, zittern die Hände bei irgend einer Handarbeit, werden sie gedankenlos und begreifen sie nichts und verrichten ihre Schulaufgaben nur mit größter Anstrengung, werden sie ohne besondere andere Ursache bald blaß, bald rot — so kann man auf Onanie schließen. Eines der sichersten Zeichen ist oft die Abnahme der Sehkraft, Schwäche des Gedächtnisses und Mangel an Aufmerksamkeit für Dinge, welche gewöhnlich Kinder interessiren. Onanirende Kinder richten auch öfter ihren Blick starr auf einen Fleck und werden

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

rot, thun sehr verliebt mit anderen Kindern und haben dabei etwas Eigenes, Fremdartiges in ihrem Gesicht. Häufig auch — doch können ebenfalls andere Krankheiten die Ursache hierzu bilden — wird die Nasenspitze ölig, fettig und weiterhin mit kleinen Hitzausschlägen oder sogen. Mitessern besetzt. Weiterhin treten noch auf: vermehrte Eßlust, oft sogar Heißhunger bei fortschreitender oder doch gleich bleibender Abmagerung des Körpers, Hang zum Schlafe, Heiserkeit, Kurzathmigkeit, angeschwollene oder entzündete Augenlider, oder auch matte, eingefallene Augen mit bläulichen Ringen, Vergeßlichkeit. Bei Mädchen äußert sich die Onanie nicht so schnell in ihren Folgen; dieselbe schwächt aber das Geschlechtsorgan insofern, als weiterhin bedeutend verfrühte Periode, Blutkrämpfe, Unfruchtbarkeit, nervöse Ueberreiztheit des ganzen Körpers sich zeigt, daneben treten dann noch häufig Verkrümmungen der Gliedmaßen auf. Vor allem Andern werden durch die fortgesetzte Reizung der Genitalien die Nerven des Rückenmarks aufgeregt und in erhöhte Thätigkeit versetzt. Hieraus ergiebt sich eine höhere Erregtheit und ein vermehrter Blutzufluß in den durch die Rückenmarksnerven belebten Organen und Muskeln. Alle diese Teile, besonders die Gefäßmuskeln, die Muskeln des Oberschenkels, die unteren Bauchmuskeln, die Schließmuskeln des Afters und der Harnblase werden in Mitleidenschaft gezogen. Daher denn auch häufig diese Kinder an Verstopfung, Blähungen ꝛc. leiden. — Kommen dann bei diesen Personen die Jahre des Selbstbegreifens und der Vernunft, da erwachen die Furien des Lebensüberdrusses, denn, während um diese Zeit bei anderen Menschen alle Körperkräfte der Vollendung entgegenreifen, sehen sie dieselben bei sich selbst bereits zerstört.

Diese Bedauernswerten mögen aber nicht den Mut sinken lassen. So lange der Mensch überhaupt lebt, ist auch die in ihm wohnende Naturheilkraft unermüdlich thätig, zu verbessern und nach Möglichkeit wieder aufzubauen. Man unterstütze sie darin und — beleidige sie nicht immer wieder von Neuem. Jeder, welcher so unglücklich war, sich der Onanie ergeben zu haben, mache sich bei der vorzunehmenden Kur eine karge Diät zur Hauptbedingung, denn nur auf diese Weise können die stark geschwächten Nerven des Unterleibes sich wieder stärken. Er kleide sich warm (doch nicht Wolle direkt am Körper), wende aber im übrigen das kühle Wasser ausgiebig an. Tritt am Tage ein Drang nach den Geschlechtsteilen auf, so suche man denselben so bald als möglich durch eine kühle örtliche Waschung oder doch durch aufgelegte kühle Kompressen zu beseitigen. Jeden Abend vor dem Zubettgehen nehme man ein kühles Sitzbad von circa 10 Minuten Dauer und reibe auch die Fußsohlen kühl ab. Morgens gleich nach dem Erwachen stehe man auf und reibe den Körper kühl ab. — Im Weiteren ist die Behandlung dieselbe wie unter Pollutionen (s. d.) bereits angegeben wurde. Wird diese Kur mit Geduld und Beharrlichkeit fortgesetzt, so darf man sicher auf einen günstigen Erfolg rechnen, und, sofern die Lebenskraft nicht schon allzusehr geschwächt war, auf eine völlige Beseitigung aller üblen

Folgen und Rückkehr zur besten Gesundheit. Vor allen Dingen ist aber ein fester Wille und Beharrlichkeit nötig; desgleichen die Ueberwindung des einsamen Lebens; man suche immer seine Geschäfte in der Nähe eines Anderen zu erledigen, man wähle sich beim Spazierengehen einen Gesellschafter und schlafe nicht allein in einem Zimmer. Ist der Wille anfänglich zu schwach, so muß er durch Selbsterziehung allmälig anerzogen werden. Der Betreffende mache sich in erster Linie strenge Erfüllung aller durch seine Lebensstellung bedingten Aufgaben zur Pflicht. Sollten diese Anforderungen an die eigene Leistungsfähigkeit noch nicht groß genug sein, so findet auf den weiten Gebieten des menschlichen Könnens und Wissens selbst der Unermüdlichste der Arbeit genug. Aber das Ziel, das einmal erwählt wurde, muß dann auch ohne Ermüden festgehalten werden. Nichts erschlafft mehr, als das Hin- und Herspringen von einem Gegenstand zum andern, als das Sichbeherrschenlassen von Lust oder Unlust, das Herumprobiren in allen Zweigen des Wissens und Könnens mit Oberflächlichkeit in Urteil und Geschmack. Man lerne fühlen, daß man auf der Erde einen festen Platz auszufüllen hat, man gründe unter sich ein festes Fundament für künftige selbständige Leistungen, — das ist der erste Schritt zur Genesung. Und indem bei diesem Streben gar keine Zeit bleibt für Verstimmungen und Selbstquälereien, vermindert sich auch das oft unerträgliche Gefühl der eigenen Unwürdigkeit. Aber man beherzige auch, daß die ganze Beschäftigung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit des Körpers Rechnung tragen muß. Keine Einseitigkeit der Lebensweise, möglichst gleichmäßige Bethätigung aller Körperkräfte! Nie Uebermüdung oder Erschöpfung!

Siechtum, s. Arznei- und Mercurialsiechtum.

Sitzbäder sind von den Teilbädern die wichtigsten. Sie werden in kleinen, länglichen Wannen genommen, die im Verhältnis zur Körpergröße des Betreffenden tief genug sein müssen, damit ihm das Wasser bis zum Nabel reicht. Man füllt diese Gefäße so weit als möglich voll Wasser; Ober- und Unterkörper des Badenden bleibt mit der Kleidung bedeckt, sofern nicht die Kur zugleich Reibung der Brust und des Rückens oder gleichzeitig Sohlenbäder verlangt. Während des Bades knete und drücke man den Unterleib, auch reibe man die Oberschenkel ununterbrochen, wodurch der Hautreiz vermehrt, und die Stockung in den Unterleibsorganen behoben wird. — Die Temperatur des Wassers wechselt je nach dem zu erstrebenden Zwecke von 14—28 ° R. Desgleichen kann die Dauer des Bades von 10 Min. bis zu mehreren Stunden betragen. Soll das Bad auf die darin befindlichen Theile stärkend wirken (wie z. B. bei Pollutionen, Schwäche der Zeugungsorgane, Weißen Fluß ꝛc.) so nimmt man es nur auf 10—20 Minuten, wiederholt es jedoch öfter. — Soll das Bad, wie bei Blutandrang nach Kopf und Brust ꝛc., ableitend oder — wie bei Beschwerden aller Art des Unterleibes, Hämorrhoiden, Leberanschoppungen ꝛc. — kräftig wirken, so kann die Dauer des Bades 30—40 Minuten betragen. Liegen chronische Congestionen

vor, so können die Bäder 1—2 Stunden dauern. Bei akuten Fiebern ist die Dauer des Bades abhängig von der Heftigkeit der Krankheit und kommen hierbei ja auch noch andere Maßnahmen in Frage. Vergleiche Naturheilverfahren S. 340 und 344.

Bei ableitenden Sitzbädern ist es günstig, die Wirkung noch durch schluckweises Trinken von kühlem Wasser zu unterstützen. Man richte sich auch hier nach dem Bedürfnis des Kranken und übertreibe nicht die Anwendung des kalten Wassers. — Die zum Nehmen der Sitzbäder geeignetste Tageszeit ist bei den betreffenden Krankheiten stets angegeben. — Nach dem Gebrauche der Sitzbäder tritt häufig ein Gefühl von Kälte oder auch Frost ein. Man sorge daher für gutes Abtrocknen, mache sich sogleich Bewegung bis zur Erwärmung und genieße nicht eher etwas, als bis die letztere erfolgt ist. Auch Bewegung vor dem Bade ist zur Erhöhung der Blutzirkulation anzuraten, doch setze man sich nicht mit erhitztem Körper in die Wanne, die Temperatur des Zimmers sei nicht zu kühl, in keinem Falle aber heiß, weil man dadurch das Gegenteil der beabsichtigten Abkühlung erreicht. — Ueber die Wirkung der Sitzbäder, s. Naturheilverfahren. Ueber Sitzbäder in fließendem Wasser, s. Wellenbäder.

Skirrhus, s. Krebs und Verhärtung vergl. Polypen.

Skorbut s. Scorbut.

Skorfeln, Skorfulose, Drüsenkrankheit. Diese vorzugsweise im Kindesalter auftretende chronische Ernährungsstörung hat ihren Sitz hauptsächlich im Drüsensystem. Sie kann angeboren, andernfalls aber auch durch fehlerhafte Ernährung erworben werden. Auf jeden Fall ist die Ursache der allgemeinen Ernährungsstörung eine mangelhafte Blutbeschaffenheit. — Das Leiden kann verschiedene Gruppen des Drüsensystems befallen, z. B. die Lymphdrüsen des Halses, diejenigen des Gekröses u. s. w. — Das weiter fortgeschrittene Leiden prägt sich wie alle Blutkrankheiten in dem allgemeinen Aussehen der Krankheit charakteristisch aus. Der Körper ist entweder schlaff und zart gegliedert, der Knochenbau schwach, die Haut äußerst zart, weich und durchsichtig, die Geistesanlagen frühzeitig entwickelt, die Haare dünn und weich; diese Form der Skorphulose bezeichnet man als die reizbare Form. Bei der anderen, der torpiden Form herrscht dagegen das träge Temperament vor, die Kinder sind gegen andere gleichaltrige geistig zurückgeblieben; die Gliederung der Körpers ist plump, der Leib aufgetrieben, die Lippen dick, die Fettentwicklung unter der Haut reichlich und die Haut von fahler, schmutziggrauer Färbung. Zufällige Erkrankungen nehmen immer einen schleppenden Verlauf, was nicht blos von den Krankheiten der Athmungs- und Verdauungswerkzeuge, sondern auch von Hautausschlägen aller Art gilt. Auch heilen zufällige Verletzungen langsam und fast nie ohne Eiterung, und die Absonderungen verschiedener Art sind gewöhnlich scharf und ätzend, sodaß sie Ausschläge auf der Haut hervorrufen. Kommt es zur Vereiterung der geschwollenen Lymphdrüsen, so ist der Eiterungsprozeß außerordentlich langwierig, und es wird nur

spärlicher, mehr oder weniger dünnflüssiger Eiter entleert. Die an Skorphulose Leidenden sind besonders zu Hautkrankheiten, Augen- und Augenliderkrankungen, zu Ohrenleiden und zur Erkrankung der Athmungs- und Verdauungsorgane geneigt, die insgesammt einen langwierigen und schleppenden Verlauf zeigen. Zu den Ursachen des Leidens gehört außer der Übertragung durch die an Gicht, Syphilis oder Mercurialsiechtum, oder anderen schwächenden Krankheiten leidenden Eltern auch: zu geringe oder aber zu reichliche Nahrung, unbequeme Wohnungen, schlechte Kleidung und andere Entbehrungen, feuchtes Klima, Mangel an Reinlichkeit, an Bewegung in frischer Luft und ähnliche schädliche Einwirkungen.

Die Behandlung erfordert natürlich in erster Linie eine thunlichst vollständige Beseitigung der genannten nachteiligen Einflüsse und ferner eine mit größter Beharrlichkeit und Strenge durchgeführte Regelung der Diät. Die Kinder müssen reinlich gehalten und viel an gesunde, reine Luft, am meisten in den Sonnenschein geschickt werden; man hält sie knapp in der Nahrung, d. h. läßt sie nicht mehr essen, als sie anfangs zu verdauen vermögen; man giebt ihnen kein Backwerk, noch sonst welche mehlige Speisen, desgleichen keine Kartoffeln, Fett, Butter, Kaffee, Bier und dergl. m.; man gebe ihnen aber vor allen Dingen keine Arzneien, welche die Verdauung nur noch mehr schwächen würden. Man lasse sie viel Obst essen und bade sie wöchentlich zweimal mit warmem Wasser und nachfolgender kühler Abreibung. Anfangs, wenn die Kinder das kühle Verhalten noch nicht vertragen, nehme man laues Wasser und reibe sie mit einem wollenen Tuche ab, besonders die Beine und das Rückgrat. Außerdem reibe man täglich den Körper feuchtkühl ab, und kleide ihn im Übrigen warm. Man muß in allen Fällen Kräftigung des Organismus und Neubildung des Blutes im Auge behalten, jedoch die Behandlung dem kindlichen Gemüthe anpassen. So wird z. B. die Milch nicht immer vertragen, und gebe man sie in diesem Falle ohne Fett. Um Diarrhoe oder Verstopfung zu beseitigen, benutze man nur anfangs Klystiere; weiterhin muß durch die Nahrung (Pflaumenmus, Datteln und Feigen) für einen naturgemäßen Stuhl gesorgt werden. Wo leidende und bedrohte Teile sich befinden, werden häufig zu wechselnde Umschläge gelegt, diese Theile aber im Übrigen warm, also im Allgemeinen feuchtwarm gehalten. Bestehen Augenentzündungen, so gebraucht man neben der allgemeinen Kur ableitende Umschläge und Kompressen um den Nacken, während man die Augen selbst nur mit einem weichen, in abgeschrecktes Wasser getauchten Linnen öfter am Tage abwäscht und vor Erkältung, Zugluft ꝛc. bewahrt. — Stellt sich Ohrenfluß ein, so werden die Ohren öfters am Tage kühl gewaschen, die benachbarten Theile dabei tüchtig gerieben, leichte, reinigende und stärkende Einspritzungen von abgeschrecktem, darnach kaltem Wasser in die Ohren gemacht, und in der übrigen Zeit eine feuchte Kompresse auf dem Ohre getragen. — Bestehen geschwollene Drüsen, so bedecke man dieselben mit einem seidenen Tuche, um sie, be-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

sonders im Winter, immer warm zu halten, und behandle sie morgens wie abends mit Massage, die erst den Inhalt der Drüsen zu erweichen, zu zerdrücken, darnach denselben durch Streichen in den großen Säftestrom überzuführen hat (s. Massage). Man läßt dem Kranken viel Wasser trinken, hüllt ihn, sofern er nicht zu jung ist, behufs Schwitzen in feuchte Leintücher, und suche durch allgemeine Anregung der Hautthätigkeit, und Verbesserung der Säfte, eine Rückbildung der Drüsen und Ausscheidung der kranken Stoffe zu erstreben. Bei allen Drüsenschwellungen ist das warme Verhalten geboten, daher sich dieselben auch am besten im Sommer, wo die Sonnenbäder wirksam angewendet werden können, behandeln lassen. Ist eine Zertheilung des Drüseninhaltes nicht mehr möglich, sind die Drüsen bereits groß oder aufgebrochen, so lege man anregende, oft zu wechselnde Umschläge auf, lasse den Kranken in feuchten Leintüchern schwitzen, manchmal stärkende Sitzbäder nehmen, gebe ihm viel zu trinken, und eine völlig reizlose Kost.

Ebenso behandelt man Fisteln, Wunden oder Geschwüre, wenn Knochenauftreibungen, oder gar schon Knochenfraß eingetreten ist. Besteht bei diesen Knochenerkrankungen Entzündung, so gebe man, bis dieselbe behoben ist, ableitende Bäder und belege die entzündeten Theile mit je nach Umständen mehr oder minder häufig zu wechselnden Umschlägen. Man bade auch täglich den leidenden Teil 2 Mal und circa $^1/_2$ Stunde in Wasser, von einer Temperatur (abgeschreckt), daß sich der Kranke wol darin fühlt und in keinem Falle eine stärkere Reizung der kranken Stellen mit nachfolgender größerer Entzündung durch zu kaltes Wasser veranlaßt wird. Die Diät sei streng vegetarisch. Besonders bei Knochenfraß sei die Diät sehr mager und man lasse den Kranken, soweit es seine Kräfte erlauben, in feuchten Leintüchern schwitzen. Da die Heilung von Knochenfraß stets sehr schwierig ist und langsam von statten geht, so ist es immer besser, alles aufzubieten, damit es überhaupt nicht so weit kommt, und man bekämpfe daher entstehende Knochenauftreibungen und Knochenschmerzen gleich mit Umschlägen, ableitenden Bädern, durch Schwitzen ꝛc.

Dem obenannten Verfahren bei Behandlung der Skrophulose weichen auch gewöhnlich beginnende Verbildungen und Verkrümmungen des Rückgrates. Sind dieselben schon zu weit vorgeschritten, so kann durch das genannte Verfahren doch ihrem weiteren Fortschreiten Einhalt gethan, und durch eine sachgemäß ausgeführte Massage, sowie durch Anwendung des elektrischen Stromes doch noch das Möglichste erreicht werden.

Körperliche Bewegung ist für die Skorphulösen ein Haupterfordernis des guten Kurerfolges, daher auch alles, was diese Bewegung zu einer recht allseitigen macht, also Turnen, Schwimmen, gewisse Kinderspiele, dringend zu empfehlen ist.

Wird die Kur erst in späteren Jahren begonnen, wo die Skorfeln bei vielen Krankheiten eine Hauptrolle spielen, und die Behandlung und und Heilung derselben bedeutend erschweren, so wird die Behandlung immer eine sehr langwierige sein und sowol von Seiten des Arztes als auch

des Patienten viel Geduld und Ausdauer verlangen. Durch das umstimmende Verfahren (s. Naturheilverfahren) werden aber auch hier noch oft wunderbare Erfolge erzielt. Streng geregeltes, diätisches Verhalten sowol während als noch lange Zeit nach der Kur, ist auch hier das erste Erfordernis. Die Skorfeln sind eine derjenigen Krankheiten, bei welcher der Vegetarismus als Heilmittel seine größten und berechtigten Triumphe feiert (s. d. Art. Nahrung unter Naturheilverfahren).

Sodbrennen. Magensäure und Sodbrennen weichen gewöhnlich reichlichem, schluckweisem Trinken frischen Wassers. Man verbinde damit eine magere Diät, um auch die Ursachen zu vermeiden. Ist das Sodbrennen schon ein chronischer (langandauernder) Zustand geworden, so kommt das bei gastrischer Zustand (s. d. Art.) angegebene Verfahren in Betracht, besonders werden Sitzbäder, sowie Umschläge um den Unterleib und Sorge für regelmäßigen Stuhl sehr dienlich sein.

Sohlenbäder s. unter Fußbäder.

Sommersprossen und ähnliche Abnormitäten in der Färbung der Haut. — Die Sommersprossen, jene bekannten, kleinen gelblichen oder bräunlichen Flecke im Gesicht oder auf Händen, entstehen hauptsächlich auf einer zarten Haut, namentlich bei Blonden und Rothaarigen, indem sich unter Einfluß des Sonnenlichtes und der Sonnenwärme an den unbedeckten Hautstellen ein Farbstoff bildet. — Die Leberflecke bestehen aus kleinen, braun oder schwärzlich gefärbten Hautflecken, die sich von der übrigen Haut lebhaft abheben und sich auch über dieselbe etwas erheben. Sie kommen an allen Körperteilen vor, und ihre Entstehung, eine Ablagerung eines feinkörnigen Farbstoffes in der Oberhaut, wird durch die Schwangerschaft sehr begünstigt, während sie nach dem Wochenbette gewöhnlich wieder verschwinden. Bezüglich der Behandlung der beiden genannten Flecken ist die Ursache ihres Entstehens, nämlich zu reichlicher Farbstoff im Blute, bedingt durch mangelhafte Venenthätigkeit, zu berücksichtigen, und demgemäß zu verfahren. Es liegt also auf der Hand, daß alles, was das Blut verbessert, verdünnt und leichtfließender macht, was überhaupt eine frische Säftebildung erzeugt, vortheilhaft auf das Verschwinden jener Flecken wirken muß, und andererseits alles Gegenteilige ihre stärkere Färbung unterstützen muß. Innerlich und äußerlich Wasser ist die erste Bedingung; innerlich viel kühles Wasser, äußerlich Dampfkompressen behufs Öffnung und direkter Anregung der Hautporen. Dr. Granichstädten berichtet hierüber: „Die chronischen Ausschläge, als Leberflecken und Sommersprossen sind auch ein Gegenstand der Wasserheilkunde. Von ersterem Übel sah ich selbst einen merkwürdigen Fall während meiner Anwesenheit in Gräfenberg, wo ein Fräulein, das nicht nur auf der ganzen Hälfte des Gesichts durch einen großen Leberflecken entstellt, sondern auch am ganzen Körper mit ähnlichen Flecken übersäet war, unter Prießnitz zweckmäßiger Behandlung in vierzehn Tagen gänzlich von diesem unwillkommenen Gaste befreit ward." Daß während der Behandlung Gelegenheitsursachen, wie die Einwirkung direkter Sonnenstrahlen

sorgsamst gemieden werden müssen, liegt auf der Hand. Desgleichen sollte aber überhaupt das Gesicht vor zu großer Erhitzung behütet werden, und nach Spaziergängen durch Abwaschen mit Wasser oder Buttermilch wieder mild gekühlt werden.

Mit Muttermal bezeichnet man unregelmäßig geformte, gelbe oder braune Flecke, die gewöhnlich etwas behaart sind, über der Haut hervorragen und angeboren werden. Sind sie mit einer Erweiterung der Blutgefäße der Haut verbunden, sodaß das Mal rot oder blau aussieht, so nennt man es Feuermal. Über die Behandlung desselben und Erfolge durch die Naturheilkunde liegen Erfahrungen noch nicht vor. Doch könnte durch Besserung oder durch Umstimmung der Constitutionsverhältnisse ein Heilversuch gemacht werden.

Somnambulismus s. Schlafsucht.

Sonnenbäder s. Naturheilverfahren.

Sonnenbrand. Zuweilen kommt es vor, daß z. B. Arbeiter auf dem Felde während der Ernte an unbedeckten Hautteilen stark verletzt werden. Man wende hierbei dieselbe Behandlung an wie bei Verbrennungen (s. d.) In geringeren Fällen genügen kalte Begießungen oder Umschläge. Am besten ist es, dergleichen von vornherein zu verhüten, indem Solche, deren Haut empfindlich ist, eine leichte Bedeckung (auf den Händen leichte Leinwandlappen, oder grob zusammengenähte Handschuhe) tragen.

Sonnenstich s. Hirnentzündung.

Soolbäder. Über dieselben gilt dasselbe, was wir bezüglich der Seebäder (s. d.) gesagt haben.

Spanischer Kragen, s. unter Tripper, Entzündung der Vorhaut.

Speichelfluß ist eine übermäßige Absonderung von Speichel, die so hochgradig werden kann, daß der Speichel unwillkürlich und unaufhaltsam (täglich viele Pfund) aus dem Mund fließt. Das Leiden entsteht durch Reizzustand in der Mund- und Rachenschleimhaut (z. B. bei Katarrhen, nach Gebrauch gewisser Arzneimittel, z. B. Quecksilber, Jod ꝛc., bei Magenleiden, in der Schwangerschaft). Der Verlauf der Krankheit findet allmälich statt, ist jedoch für den Kranken sehr lästig, da er ihn selbst am Schlafe hindert. Der massenhaft verschluckte Speichel erzeugt Magendruck und Appetitlosigkeit. Als Folgezustand von Nervenreizungen (Gehirnleiden, Geisteskrankheiten, Nervenschmerzen, Magenkrämpfen ꝛc.) ist er dünn, klar und wässerig; dagegen ist er trüb, schleimig und fadenziehend, wenn er durch Schleimhautreizungen (Arzneigifte) entstanden ist. Besteht das Leiden längere Zeit, so wirkt es schädlich auf den Ernährungszustand des Körpers. — Die Behandlung muß sich nach den Ursachen richten. In keinem Falle darf der Speichelfluß eine plötzliche (durch Arzneien) Unterdrückung erfahren. Er muß durch Beseitigung der Ursachen (s. die einzelnen Krankheiten, auch Schwangerschaft) behoben oder aber, sofern ein Ausscheidungsbestreben der Natur bezüglich eingedrungener Gifte vorliegt, noch besonders unterstützt werden (vergl. Arzneisiechtum).

Speiseröhre. a) Entzündung derselben. Katarrhalische Entzündungen (hitzige wie chronische) entstehen durch direkte Beleidigungen ihrer Schleimhaut infolge des häufigen Genusses von zu heißen oder zu kalten Getränken und Speisen oder die schwereren Formen durch die Einwirkung giftiger, ätzender Mineralsäuren bei freiwilligem oder unfreiwilligen (irrtümlichen) Verschlucken von Schwefelsäure oder Salpetersäure (Vitriol, Scheidewasser). Im letzteren Falle bleibt oft eine Verengerung infolge der Vernarbung zurück. Außerdem kommt das Leiden noch bei Croup und Dyphtheritis vor. — Man erkennt dasselbe an einem drückenden Schmerze im Verlaufe der Speiseröhre, der beim Schlucken von Speisen und Getränken entsteht; bisweilen wird das verschluckte, mit Schleim überzogen, wieder herauf und herausgewürgt. — Die Behandlung ist dieselbe wie bei der Kehlkopfentzündung; man gebe dem Kranken nur flüssige, schleimige und kühle Getränke zur Ernährung, also Reis- und Gerstenschleim mit süßen Fruchtsäften, außerdem Buttermilch. Siehe auch den Art. Krebs.

b) Der Krebs der Speiseröhre hat immer eine Verengerung derselben zur Folge und leidet in diesem Falle die Ernährung der Kranken doppelt, da das Krebsleiden schon an sich die Kräfte des Kranken erschöpft. Die schnelle Abmagerung des Kranken, seine trockene, welke, sich stark abschilfernde Haut und das tägliche Erbrechen von Schleim lassen die Natur des Übels mit größter Wahrscheinlichkeit vermuten. Über Behandlung s. Krebs überhaupt. Im vorliegenden Falle werden an die Ernährung dieselben Bedingungen gestellt, wie bei der obengenannten Speiseröhrenentzündung.

c) Verengerung der Speiseröhre entsteht entweder durch den Druck benachbarter Geschwülste auf die Speiseröhre (Kropf, Lymphdrüsengeschwülste) oder durch Verdickung der Speiseröhrenwände infolge stecken gebliebener fremder Körper und der hierdurch oder durch andere Anlässe (Krebs, Einwirkung ätzender Substanzen bei Vergiftungen) hervorgerufenen entzündlichen Prozesse. Derartige Verengerungen entwickeln sich allmälich, und es wird nach und nach stets schwerer, feste Speisen zu verschlucken, sodaß die Kranken später der flüssigen Nahrung den Vorzug geben. Beim Abschlucken entstehen gewöhnlich Schmerzen an einer Stelle der Speiseröhre, oder das Genossene wird wieder erbrochen. — Die Behandlung ist zum Teil chirurgisch, zum Teil muß, je nach den Ursachen, das ableitende Verfahren mittelst Wassers und Massage angewendet werden. Bestimmte Vorschriften lassen sich hierüber nicht geben. Man wende sich an einen tüchtigen Naturarzt.

d) Fremde Körper in der Speiseröhre. Die Entfernung von sehr festsitzenden fremden Körpern, die auf keine andere Weise aus der Speiseröhre entfernt werden konnten (Massage, Brechreiz, durch den Magen und Darm), bleibt der operativen Wundheilkunde überlassen. Bei Kindern sind die verschluckten Körper der verschiedensten Art, da dieselben kleinere Gegenstände, welche dieselben in Händen halten, nur zu gern

nach dem Munde führen; meist sind es Münzen, Nadeln, Knöpfe, Kerne von Steinobst ꝛc., bei Erwachsenen Knochensplitter, Fischgräten, falsche Zähne und selbst ganze künstliche Gebisse. Größere Gegenstände bleiben gewöhnlich im oberen Teile der Speiseröhre, im Schlundkopfe, sitzen.

Spitzpocken, s. unter Pocken, unächte.

Springwürmer, s. Wurmkrankheiten.

Spulwürmer, s. unter Wurmkrankheiten.

Staar, grauer. Derselbe besteht bekanntlich in einer Trübung der Linse, bedingt durch Ablagerung fremdartiger Stoffe oder durch Atrophie (Ernährungsstörung, Schwund). Durch eine derartige Trübung der Linse wird der Eintritt der Lichtstrahlen bis an die im Hintergrunde des Auges gelegene Nerven- oder Sehhaut, welche das Licht zu empfinden und dadurch das Sehen zu vermitteln vermag, mehr oder weniger unmöglich gemacht und auf diese Weise das Sehvermögen vermindert oder gar ganz aufgehoben. Wie bekannt, kennt die allopathische Schule gegenüber einer Erkrankung an grauem Staar kein anderweitiges ärztliches Zuhilfekommen als operative Eingriffe, durch welche die getrübte Linse aus dem Auge entfernt oder aber in anderer Weise (Niederdrückung der Linse) für die einfallenden Lichtstrahlen die Bahn wieder frei gemacht wird. Es könnte nun auf den ersten Blick scheinen, daß es wol überhaupt keine andere Art geben kann als den operativen Eingriff, um einem am grauen Staar Erkrankten erfolgreich zu Hilfe zu kommen; „denn wer wollte es wol unternehmen, eine getrübte Linse wieder hell und durchsichtig zu machen?“ Und doch ist dies in zahlreichen Fällen möglich und Niemand sollte sich einer derartigen Operation, bei welcher überhaupt keine Gefahr im Verzug ist, unterziehen, bevor nicht die hierbei in Betracht kommenden naturgemäßen Heilmaßnahmen erschöpft sind. Die abgenutzten und verbrauchten Bau- und Betriebsmaterialien (also Blut- und Gewebsschlacken), anstatt durch die ausscheidenden Organe aus dem Körper ausgeschieden zu werden, kreisen oft noch fernerweit im Blute; oder aber sie werden hier und da in den Lücken der Gewebe abgelagert. Auf diese Weise geben sie dann Veranlassung zu den mannigfachsten Gesundheitsstörungen, und zwar besonders zu Störungen in der Lebensthätigkeit der verschiedenen Organe (Funktionsstörungen). Derart kann also auch der regelrechte (normale) Zustand der Linse krankhaft verändert werden, also es kann die krystallklare Durchsichtigkeit derselben mehr oder weniger sich trüben.

Es geschieht dies also entweder erstens dadurch, daß die oben erwähnten Fremd- oder Krankheitsstoffe sich zwischen die die Linse zusammensetzenden Gewebsbestandteile (Linsenfasern) ab- und einlagern, oder zweitens dadurch, daß die (unter normalen Verhältnissen) durchsichtigen Gewebsbestandteile durch mangelhafte Ernährungsverhältnisse des Gesammt-Organismus derartig in ihrer Ernährung beeinträchtigt werden, daß sie sich krankhaft verändern, also trüb und undurchsichtig werden. Ob es sich um den ersteren Fall handelt, also um eine Ernährungsstörung der Linse, bedingt durch fehlerhafte, naturwidrige Lebensweise, beispielsweise

durch eine üppige, schwelgerische Lebensart, durch ungenügenden Stoffwechsel infolge unzulänglicher Atmung in freier Luft und ungenügender körperlicher Betätigung — oder aber um eine Ernährungsstörung infolge von mangelhafter unzulänglicher Ernährung, ist ja jeder Zeit leicht festzustellen. Die Naturheilkunde wendet in allen derartigen Fällen das Regenerationsverfahren an, welches also — wie schon sein Name besagt — darauf abzielt, die Säftemasse (Blut und Lymphe) neu zu gestalten, und zu verjüngen. Ein derartiger Regerations- und Verjüngungsprozeß des Blicks, durch welchen die alten abgenutzten und verbrauchten Fremd- und Übelstoffe aus dem Körper ausgeschieden werden, erstreckt natürlich seine günstigen, heilsamen Wirkungen auch bis in die entferntesten Bezirke des menschlichen Körpers und bis in seine verschmutztesten Winkel.

Im ersteren Falle werden wir den Stoffwechsel vermehren, indem wir durch entsprechende Maßnahmen die Betriebsthätigkeit der ausscheidenden Organe (Haut, Lunge, Nieren und Darmkanal) erhöhen und durch ausgiebige körperliche Betätigung die regelrechte Umwandlung (Oxidation) der in Form von Speise und Trank dem Körper zugeführten Bau- und Betriebsmaterialien in die endgiltigen Produkte ermöglichen und begünstigen. Denn vermehrte körperliche Thätigkeit bedingt einen ausgiebigen Atmungsprozeß, durch welchen dem Blute das Grundelement des gesammten Lebensprozesses, der Sauerstoff, in der erforderlichen Menge zugeführt wird. Außerdem kommen hier strenge vegetarische Lebensweise, viel Obst essen, Buttermilch trinken und bezüglich des Wasserheilverfahrens die anregenden, den Blutlauf kräftig fördernden Maßnahmen desselben in Betracht. Im zweiten Falle, also wenn eine Ernährungsstörung vorliegt, ist nicht das entziehende, sondern das Körperkräfte sparende, zuführende Heilverfahren anzuwenden. Also warme Anwendungsformen des Wassers bei milder Abhärtung, mäßige Bewegung in freier Luft, Sonnenbäder und eine milde, anregende, nicht entziehende Diät, warme Kleider und viel Schlaf. In jedem Falle muß — wie dies die Naturheilkunde ja überhaupt thut — eine aus genauem Beobachten und Nachdenken entspringende, individuelle Behandlung stattfinden. Naturärztliche Rezepte sind, wie nirgends, so auch hier nicht am Platze.

Staar, schwarzer. Wenn eine Heilung der durch den schwarzen Staar verursachten Blindheit noch möglich ist, so muß sie durch das unter **Lähmung** (s. d.) beschriebene Verfahren angestrebt werden.

Stammeln. Dasselbe besteht in einer mangelhaften Aussprache und zwar in einer ungenügenden Artikulation der Konsonanten. Außer organischen Fehlern und Ursachen mechanischer Art, wie z. B. Hasenscharte, Zahnlücken, fehlerhafte Stellung der Zähne, Substanzenverluste des harten und weichen Gaumens und fehlerhafte Beschaffenheit des Zungenbändchens (zu lang oder zu kurz) können auch Schwäche der Zungennerven üble Angewöhnung (z. B. durch Nachahmung) und geistige Zustände die Ursache bilden. — Langsames, wolartikulirtes, taktmäßiges und lautes Lesen ist die beste und sicherste Methode der Heilung, die hier in allen Fällen

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

möglich ist. Ausdauernde Willenskraft und Vertrauen zu sich selbst sind dabei unerläßliche Vorbedingungen. Man unterstütze den eigenen Willen außerdem noch durch eine geeignete anregende und stärkende Wasserbehandlung.

Starrkrampf (tetanus). Die Ursache desselben wird gegeben durch eine hochgradige Erregung des Rückenmarks und der Bewegungsnerven, wodurch — ohne daß das Bewußtsein schwindet — andauernde Zuckungen und krampfartiger Zusammenziehungen der Muskeln auftreten. Bei der längeren Dauer des Starrkrampfes ist das Leben gefährdet. Betrifft derselbe nur die Kaumuskeln, so nennt man ihn Kinnbackenkrampf (Trismus). Am häufigsten ist der durch Verletzungen von an der Körperoberfläche gelegenen Nerven oder durch in Wunden stecken gebliebenen Körpern erzeugte Wundstarrkrampf. Die Wunde und ihre Absonderung ist alsdann mißfarbig; es besteht schmerzhaftes Ziehen in ihr und ihrer Umgebung sowie Fieber. — Der Starrkrampf tritt auch auf nach heftigen Durchnässungen und Verkühlungen des warmen, schwitzenden Körpers (Liegen und Schlafen auf feuchtkaltem Erdboden), ferner in Verbindung mit Kinnbackenkrampf und endlich bei Neugeborenen, bei denen der Nabel abfällt und die Nabelgefäße entzündet sind. — Verlauf: Es entstehen erschwertes, schmerzhaftes Schlingen, Genicksteifigkeit, krampfhafte Zusammenziehung der Muskeln. Durch die geringsten Reize, durch Berührung, Schlucken, Kauen, Luftzug ꝛc. werden die Anfälle sofort wieder hervorgerufen. Der Körper ist steif wie eine Bildsäule, der Leib hart wie ein Brett und eingezogen: die Augen sind starr und unbeweglich, die Stirn ist gerunzelt, die Vorderzähne sind entblößt (sardonisches Lachen). Die Athmung ist auf's Äußerste erschwert, es besteht klebriger Schweiß und unstillbarer Durst; die Zunge ist trocken. Stuhlverhaltung und Harnverhaltung (der Harn sondert sich bald ab und ist hochrot). Das Bewußtsein und die Sinnesthätigkeit ist nicht aufgehoben. — Die Anfälle können ein paar Minuten bis zu einer Stunde mit nachfolgenden Erschlaffungspausen dauern. Tritt in den Pausen Schlaf ein, so vollzieht sich die Genesung. Dieselbe zieht sich jedoch sehr in die Länge; die Muskeln bleiben oft lange Zeit steif und unempfindlich. — Der Tod kann eventuell durch Ersticken (Krampf der Stimmritze) oder durch Erschöpfung infolge der Unmöglichkeit zu schlingen und zu schlafen, eintreten. Bei medizinischer Behandlung sterben 95 von 100 Kranken.

Die Behandlung des Starrkrampfes, mag derselbe den ganzen Körper oder nur einzelne Teile desselben befallen, muß immer gegen die letzten Ursachen gerichtet sein, also gegen die Grundkrankheit, die ihren Sitz im Gehirn oder Rückenmarck, in etwaigen Ernährungsstörungen des Nervensystems, im Magen oder in verwahrlosten oder mißhandelten Wunden (s. d.) oder aber in alten harten Narben hat. Im letzteren Falle wende man erweichende Umschläge an. In den ersteren Fällen kommt das ableitende Wasserheilverfahren, reizlose und kühlende Diät und überhaupt Alles in Betracht, was unter Nervenkrankheiten

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

(s. diese) gesagt ist. Die eigentlichen Anfälle verlangen eine energische und umsichtige Behandlung, bei den bis jetzt aus Wasserheilanstalten bekannten Fällen ist bisher stets Heilung erzielt worden. Tritt ein Anfall ein, so gebe man dem Patienten ein Halbbad von abgeschrecktem Wasser unter kräftigem Reiben des Körpers, besonders des Rückens und der Gliedmaßen, mit den genetzten Händen oder Leintüchern. Wenn die geeigneten Gefäße oder fremde Beihilfe fehlen, so wende man möglichst stark und kräftig ausgeführte Frottirungen mit Uebergießungen von Kopf, Nacken und Rückgrat mittelst anfangs abgeschrecktem, später kälterem Wasser an. Oft wiederholte kühle Klystiere werden wohlthätig ableitend vom Gehirn wirken. Wenn möglich, so flöße man dem Kranken auch etwas Saft ein. Nach einem oft bedeutenden Schüttelfroste ist dann der Anfall als beseitigt zu betrachten. Die Nachbehandlung desselben bestehe in: Einhüllung in nasse Leintücher bis zum gelinden Dunsten der Haut; darnach ein abgeschrecktes Halbbad oder kühle Abwaschung des ganzen Körpers. Kehrt der Anfall während der Erwärmung zurück — was am besten dadurch vermieden wird, daß das Halbbad (oder die Uebergießungen) bis zum Aufhören des Zuckens in den Muskeln und Kriebelns in der Haut fortgesetzt werden —, so muß unverzüglich die Wasserbehandlung nebst der Frottierung wiederholt werden.

Starrsucht (Katalepsie). Dieselbe ist ein von dem Willen des Patienten völlig unabhängiger Krampfzustand sämmtlicher Körpermuskeln, bei dem der Körper nicht nur in der beim Anfalle gehabten, sondern auch weiterhin ihn gegebenen Lage regungslos verharrt. Das Verhalten des Bewußtseins ist sehr verschieden. Die Athmung und die Herzthätigkeit sind beeinträchtigt. Die Starrsucht tritt vorwiegend beim weiblichen Geschlechte, bei Bleichsüchtigen, Hysterischen ꝛc. auf. Das Eintreten des Zustandes findet bald mit, bald ohne Vorboten statt; im letzteren Falle geschieht es oft, daß der Patient völlig starr die Stellung beibehält, die er beim Anfalle inne hatte und die ein Anderer kaum eine Minute ertragen könnte. Die Muskeln sind nicht so steif wie beim Starrkrampf, man kann sie in die seltsamsten Stellungen bringen. Der Patient erwacht, nicht wissend, was ihm geschehen, aus dem Anfalle wie aus einem tiefem Schlafe und fühlt sich selten matt oder geistig benommen. Hysterische haben oft noch Krampfanfälle oder Visionen. — Die Behandlung eines Anfalles bestehe in passender Lagerung, Besprengen oder Begießen des Gesichts mit kaltem Wasser; reicht dies nicht aus, so mache man eine kräftige, nasse Abreibung des ganzen Körpers, verbunden mit Knetungen und Klopfungen der Muskeln. Im Übrigen (bei weiblichen Patienten) Behandlung des Gebärmutterleidens.

Staubbäder s. Regenbäder.

Steinkrankheit s. Harnsteine.

Steinpocken s. unter Pocken, unächte.

Stickfluß s. Schlagflüsse.

Stickhusten. Derselbe kennzeichnet sich durch krampfhafte Husten-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

anfälle, bei denen größere oder geringere Mengen zähen, glasigen Schleimes entleert werden, worauf sich die Kranken verhältnismäßig ganz wohl befinden. Bei Beginn des Leidens macht es den Eindruck eines gewöhnlichen Katarrhs; weiterhin nimmt derselbe jedoch einen krampfartigen Charakter an, sodaß das Gesicht der Kinder während der Anfälle des Hustenkrampfes blaurot wird, bis es ihnen gelingt, eine große Menge schaumigen, fadenziehenden Schleimes zu entleeren. Ein derartiger Hustenanfall beginnt mit einer tiefen, pfeifenden Einathmung und alsdann folgen sich die Hustenstöße in ununterbrochener Aufeinanderfolge, von minutenlanger Dauer, sodaß es den Eindruck macht, als wenn das Kind ersticken sollte. Die heftigen Hustenstöße, bei denen sämtliche Athmungsmuskeln (also auch die Bauchmuskeln) beteiligt sind, bewirken nicht selten Erbrechen und unwillkürlichen Abgang von Koth und Harn; andererseits wird durch dieselben der Rückfluß des Blutes vom Kopfe verhindert, und es treten außer der blauroten Färbung des Gesichts nicht selten Zerreißungen kleiner Blutgefäße auf der Rachenschleimhaut, in der Nase, in der Bindehaut des Auges und selbst im Gehörgange auf. Bei der gewöhnlichen, medimentösen Behandlung hat das Leiden meist eine Dauer von mehreren Monaten und bewirkt nicht selten wegen des häufig gestörten Schlafes und weil das Genossene wieder erbrochen wird, einen hochgradigen Kräfteverfall.

Die Behandlung s. unter Keuchhusten. Heftigen Anfällen kann man durch einen einfachen Handgriff begegnen: Mit den beiden halb gebogenen Zeige- und Mittelfingern wird der hintere Rand des Unterkiefers unmittelbar vor dem Ohre fest gefaßt; die Daumen werden aufs Kinn gesetzt und mit kräftigem, aber doch sanftem Zuge und Druck schiebt man den Unterkiefer nach vorn und Unten. Wenn der Mund beim Husten, wie es gewöhnlich der Fall, schon offen steht, so greifen beide Zeigefinger in die Gegend der Eckzähne in den Mund und vollführen den Zug nach vorn und unten. Man kann den Handgriff auch von hinten her ausführen, wenn einem der Patient gerade den Rücken zukehrt, indem man in der gleichen Weise den Druck mit den beiden Daumen am hinteren Rande des Unterkiefers ausführt. Dieser obenbeschriebene Massage-Handgriff ist, wie ersichtlich, ungemein einfach, so daß ihn ohne Weiteres Jeder leicht und völlig schmerzlos auszuführen vermag. Die Wirkung ist eine durchaus sichere, der Anfall wird regelmäßig unterbrochen; Husten und Athemnot hören auf, und zum Erbrechen, was die Kleinen beim Stickhusten so sehr quält, kommt es niemals. Auch die Nachtruhe der Kinder wird nicht gestört, denn sie schlafen ruhig weiter, während die, den bestehenden Krampf aufhebende, ableitende Streichmassage der betreffenden Muskeln an ihnen ausgeführt wird.

Stillende Frauen s. unter Schwagerschaft.

Stimmlosigkeit (Lähmung der Stimmbänder). Derselben können entweder örtliche Ursachen zu Grunde liegen, z. B. langwierige Kehlkopfkatarrhe, vorhergegangene Dyphtheritis ꝛc., oder sie kann vom Gehirn aus-

gehen, z. B. als Folgezustand von Schlagflußanfällen, Typhus, starken Gemütsbewegungen ꝛc. Bei halbseitiger Lähmung (Lähmung des einen Stimmbandes) wird die Stimme heiser, hoch und fistelartig (Gänsestimme). Bei beiderseitiger Lähmung ist die Stimme heiser oder vollständig tonlos und in diesem Falle ist oft auch das Schlingen und Husten erschwert. — Behandlung s. Lähmungen überhaupt und Kehlkopfschwindsucht.

Stimmritzenkrampf (Zuchkrampf, akutes Millarsches Asthma). Dasselbe besteht in einem Krampfzustande derjenigen Muskeln, welche die Stimmritze erweitern und verengern und findet sich beinahe ausschließlich bei Kindern bis zum 2. Jahre. Katarrhalische Zustände des Kehlkopfes, aber auch rein nervöse Beeinflussungen, z. B. Erschrecken, heftiges Schreien bei mangelhaftem Ernährungszustande werden als Ursache angegeben, also besonders bei Skrophulose, engl. Krankheit ꝛc. Nach einigen pfeifenden oder krähenden Athemzügen hört plötzlich das Athmen auf, und es tritt Erstickungsgefahr ein. Das Gesicht wird blau und angsterfüllt, die Augen quellen förmlich aus dem Kopfe hervor. Der Anfall dauert einige Sekunden bis zu einer Minute; alsdann athmen die Kinder wieder ruhig und die Stimme ist hell und rein, — was bei der häutigen Bräune auch in den anfallsfreien Pausen nicht der Fall ist, da auch dann noch die Stimme heiser, der Husten rauh, tonlos ist und die Erstickungsgefahr stundenlang anhält. Beim Stimmritzenkrampf beteiligen sich bisweilen auch noch andere Muskeln am Krampfe, indem Zuckungen in den Muskeln des Gesichts und der Gliedmaßen auftreten, oder auch die Daumen eingeschlagen werden. — Bei einem Anfalle befreie man den Hals und die Brust von beengenden Kleidungsstücken; bespritze oder begieße das Gesicht mit kaltem Wasser und gebe kühle Klystiere. Die Allgemeinbehandlung ist dieselbe wie bei Keuchhusten.

Stimmritze, wassersüchtige Anschwellung derselben (Kehlkopfödem). Wenn der Rückfluß des Blutes in den Adern des Kehlkopfes und der benachbarten Teile durch irgendwelche Anlässe (z. B. geschwollene Lymphdrüsen) gehemmt ist, so tritt durch die Aderwände Blutwasser (seröse Flüssigkeit) in die Gewebsbestandteile der betreffenden Schleimhautpartien, oder es entsteht schnell eine so hochgradige (wassersüchtige) Anschwellung derselben, daß die Stimmritze verengt oder vollständig verschlossen wird und, wenn nicht schnellste Hilfe geschaffen wird, der Erstickungstod droht. — Verlauf: Die wassersüchtige Anschwellung (Ödem) entwickelt sich entweder ganz plötzlich oder im Verlaufe einiger Tage, und es tritt die Empfindung auf, als ob sich ein fremder Körper im Kehlkopf befinde. Außerdem bestehen Schlingbeschwerden, Heiserkeit und rauher, bellender Husten. Sehr bald wird das Asthma mühsam, die Athemzüge sind pfeifend und langgedehnt (bei der Einathmung; das Ausathmen ist unbehindert). Zu beiden Seiten des Kehldeckels bilden sich durch die wassersüchtig angeschwollene Schleimhaut zwei Wülste, die mit dem eingeführten Finger deutlich fühlbar sind. Die Athemnot ist eine außer-

ordentliche, der Kranke ist voll Angst und Verzweiflung, das Gesicht dunkelrot, der Puls klein und häufig, die Haut in Schweiß gebadet.

Behandlung. Man führe den Zeigefinger ein, um mit dem zugespitzten Nagel desselben die Wülste zu öffnen oder wenigstens durch den mechanischen Reiz Erbrechen zu erregen, durch welches die gespannten Wülste in vielen Fällen platzen und ihren Inhalt entleeren, wodurch das Athmen frei wird. Das Öffnen der Wülste muß unter Umständen wiederholt werden, da sich bisweilen die erzeugte Öffnung wieder verklebt und eine neue Ansammlung von Flüssigkeit und Gewebe der Schleimhaut stattfindet. Außerdem mache man Kompressen auf die Nieren und lasse den Kranken die Nieren anregende Speisen (Petersilie, Spargel, Kaffee u. s. w.) genießen, um dadurch ableitend zu wirken. Auch die Massage der Stimmritzenwunde ist hierbei von großem Nutzen.

Stockschnupfen s. unter Katarrh.

Stottern. Dasselbe ist entweder ein erworbener oder angeborener Bildungsfehler und besteht in einer durch mehr oder weniger starke Krämpfe in den Sprech- oder Athmungsmuskeln herbeigeführten Unterbrechung der Sprache, sodaß der Kranke entweder plötzlich im Sprechen innehält, oder ein Wort oder eine Silbe lange Zeit mühsam wiederholt, bis es ihm möglich wird, den angefangenen Satz zu beendigen. Das ist um so mehr der Fall bei der Aussprache gewisser Laute, oder wenn der Betreffende sich verlegen fühlt, während er in vertrauter Gesellschaft oder beim lauten Lesen, beim langsamen Sprechen oder bloßen Flüstern eine solche Störung nicht erleidet. In wenigen hochgradigen Fällen verzerren die Kranken ihr Gesicht und öffnen den Mund, als wenn sie gewaltsam Athem schöpfen wollten. In anderen Fällen sind die Sprechversuche von heftigen Bewegungen der Gliedmaßen begleitet; auch Stimmritzenkrämpfe treten auf, sodaß der Stotternde den Eindruck eines Erstickenden macht. Nach dem Anfalle kehrt die Sprache wieder und der Kranke kann oft lange Zeit hindurch regelrecht sprechen. Das Leiden findet sich in jedem Alter, aber besonders bei Knaben und ist sehr hartnäckig. Unheilbar ist es, wenn es in einer organischen Veränderung derjenigen Nerven oder Rückenmarksteile seine Ursache hat, von denen die betreffenden Nerven des Stimmapparates entspringen. Dagegen sind diejenigen Fälle heilbar, die darin ihren Grund haben, daß die Centralorgane des Nervensystems (Gehirn und Oberteil des Rückenmarks) durch geistige und seelische Erregungszustände (z. B. durch Zorn, Furcht, Angst und Schreck) oder durch heftige geistige und körperliche Anstrengungen alterirt werden. Da die zu den Stimm- und Athmungsorganen tretenden Nerven da entspringen, wo das Rückenmark mit dem Gehirn verbunden ist, so können Schläge auf den Hinterkopf oder in das Genick die Entstehungsursache des Stotterns bilden.

Behandlung. Ruhe, Schonung und Pflege bessern jene Fälle, bei denen Heilung möglich ist, wesentlich, während körperliche und geistige Anstrengungen und Erregungen den Zustand verschlimmern. Da während

der Anfälle des Stotterns der gesammte Athmungsapparat nicht mehr in der Gewalt des Patienten steht, so hat die Behandlung vor Allem mit der Athemgymnastik zu beginnen. Durch dieselbe muß der Kranke nach und nach die Fähigkeit erlangen, sowohl rasch als langsam, wie auch oberflächlich und tief einzuathmen und die eingeathmete Luft in den Lungen eine bestimmte Zeit zurückzubehalten. In derselben Weise muß auch das Ausathmen geübt werden, wobei schwache, oberflächliche und kurze Athemzüge mit kräftigen, tiefen und langgedehnten Athemzügen abwechseln müssen; es wird hierdurch nach und nach eine Regelmäßigkeit im Athmen erzielt, die bei Stotternden fast nie zu finden ist. Die jeweiligen Übungen sind täglich 15—20 Minuten lang auszuführen, und zwar bei geschlossenem Munde und nach der Uhr. Das Zurückhalten des Athems in der Lunge muß nach und nach eine Dauer von 20—60 Sekunden erreichen. Nachdem einige Wochen hindurch diese methodischen Übungen der Athemgymnastik stattgefunden haben, ist die Sprachgymnastik anzuwenden, und müssen hier die Patienten besonders diejenigen Silben und Wörter langsam und laut aussprechen, die ihnen besondere Schwierigkeiten bei der Aussprache verursachen. Diese Silben und Wörter sind bei verschiedenen Patienten verschieden, denn bei dem einen bereitet die Aussprache des B, bei dem andern die des K Schwierigkeiten u. s. w. — Weiterhin muß der Kranke längere und schwierigere Sätze richtig und fließend aussprechen, ohne dabei Athem zu schöpfen. Die Hauptsache ist, daß die Aussprache langsam und laut geschieht. Diese Übungen sind täglich ungefähr eine halbe Stunde lang mit einigen Ruhepausen vorzunehmen, jedoch ohne den Kranken zu übermüden. Nach 2—3 Monaten darf man auf Erfolg rechnen. Zugleich muß aber auch der Ernährungszustand des Leidenden berücksichtigt werden, da derselbe gewöhnlich ein mangelhafter ist, und neben Magerkeit und Blutarmut eine flache und schmale Brust vorhanden ist. Man vergleiche die betreffenden Kapitel dieses Werkes und wende zugleich mit obigen Übungen das allgemeine Stärkungsverfahren an, vorzüglich eine allmälig sich steigernde Abhärtung. Schließlich sei erwähnt, daß auch die Onanie (Selbstbefleckung) ein ursächliches Moment des Stottern ist und, sofern in dieser Hinsicht üble Gewohnheiten bestehen, kann die sorgsamste Behandlung nichts erreichen, wenn jene Gewohnheiten nicht bekämpft werden.

Stuhlverstopfung (chronische). Die einmalige täglich und regelmäßig zur bestimmten Stunde erfolgende Stuhlausleerung (weder zu hart, noch zu weich, sondern dickbreiig und wurstförmig) bezeichnet man als „regelmäßig"; bei Zurückhaltung der Kothmassen auf die Dauer von mehr als 1—2 Tagen spricht man von einer habituellen Stuhlverstopfung. Hierbei kommen jedoch viel Abweichungen vor, z. B. täglich 2—3mal oder nur alle 2—3 Tage Stuhl bei vollkommenem Wolbefinden, während sich der Betreffende unwol fühlt, wenn dies nicht der Fall ist. Länger andauernde Stuhlverhaltungen geben zu Zersetzungen und zu Gasbildungen Anlaß, aber auch zu Störungen des Blutumlaufs, daher Herzklopfen,

Blutandrang nach dem Kopfe, Kopfweh, Schwindel, unruhiger Schlaf, oder sie führen zur Hypochondrie und Hämorrhoidalbeschwerden; auch bei akuten (fieberhaften) Krankheiten tritt infolge von Verstopfung immer eine Verschlimmerung ein. — Ursachen: Beschaffenheit der Nahrungsmittel, z. B. wenn diese einen festen und umfangreichen Rückstand geben und dabei sehr trocken sind; einseitige Fleischnahrung, zusammenziehende (adstringirende) Beschaffenheit des Genossenen (rother Wein, chines. Thee, starker Kaffee); bei Schwäche der Darmwandungen oder bei ungenügender Menge oder Beschaffenheit der Verdauungssäfte, z. B. bei zu geringer Gallenabsonderung — alles Momente, welche die Bewegung der Därme unzureichend machen. Besonders gilt dies von der Schwäche der Muskelhaut der Gedärme, die nicht blos bei Bleichsucht und Blutarmut und nach langandauernden Diarrhoen entsteht, sondern besonders auch durch den Gebrauch von Abführmitteln und die hierdurch bedingte Überanstrengung des Darms, sowie durch längere Zurückhaltung des Stuhles zur gewohnten Zeit bedingt wird. Hierzu kommt, daß die Darmwandungen von frühester Jugend auf nicht genügend gekräftigt werden, da es als eine förmliche Ernährungssünde betrachtet wird, wenn man Nahrungsstoffe nicht in concentrirter Form und in Gestalt von Extracten, sondern in der ursprünglichen Form, also mit einem Teil des Balastes, wie ihn die Natur bietet, genießt — Auch lähmungsartige Zustände können die Ursache bilden, z. B. Einwirkungen von Blei (Bleikolik) und besonders der ungeheure Mißbrauch, welcher durch Einverleibung von Opium in allen Formen (Opium-Choleratropfen ꝛc.) getrieben wird; ferner kommen Lähmungserscheinungen als Folge von Rückenmarksleiden, sodann krampfhafte Zustände wie bei Hysterie, Magenkrampf und Kolik, in Betracht; mechanische Störungen können gegeben sein durch Unterleibsgeschwülste aller Art, z. B. Magen- oder Darmkrebs, Eierstocksgeschwülste, aber auch durch die schwere Gebärmutter und durch Darmverengerungen. Auch bei starken Ausscheidungen von Flüssigkeiten aus dem Körper, z. B. infolge starker Schweiße und beim Stillen; aber auch bei Nierenleiden, welche durch die reichliche Ausscheidung von Harn charakterisirt sind, tritt habituelle Stuhlverstopfung ein.

Behandlung. Kein Leiden wird schablonenmäßiger behandelt wie die Stuhlverstopfung. Abführmittel aller Art sind an der Tagesordnung; Ärzte wie Laien haben ihre besonderen diesbezüglichen Lieblingsmitel, und von denen oft jahrelang andauernder Gebrauch gemacht wird. Fast in keinem anderen Falle, die Syphilis ausgenommen, werden solche Verwüstungen an der Gesundheit angerichtet wie hier, wo der Darm durch Medizinsiechthum oft auf die Dauer ruiniert wird.

Einer bestehenden hartnäckigen Stuhlverstopfung begegnet man am besten durch längere Sitzbäder von 30—50 Minuten und von abgeschrecktem Wasser, nach Umständen, d. h. wenn zugleich Kopfschmerz und Übelkeit besteht, auch noch gleichzeitigen, ableitenden Fußbädern, bei welchen Maßnahmen der Unterleib und die Fußsohlen stark zu frottieren

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

sind. Außerdem gebe man 2—3 Klystiere, lege erregende Umschläge um den Unterleib und gebe dem Kranken kalte Kost, am besten gesäuerte Milch oder in kaltem Wasser verrührtes Pflaumenmus zu trinken. Man unterstütze diese Behandlung noch durch eine geeignete Massage des Leibes, bei welcher man erst durch vom Nabel nach außen gehende Streichungen den Leib vorbereitend behandelt, und sodann die Dickdarm-Massage ausführt. Bei dieser beginnt man an der rechten unteren Seite des Leibes, drückt mit den drei ausgestreckten Mittelfingern der einen Hand sanft, und so weit es der gespannte Leib des Kranken verträgt, den Darm zusammen, setzt gleich dahinter in der Richtung der Hüfte die andere Hand in der gleichen Weise und führt dies weiter bis zur rechten Hüfte, von dort bis zur linken Hüfte, und dann an der linken Seite wieder hinunter. Hier bricht man ab mit der Massage, beginnt an der rechten Seite von Neuem. Diese Massage führt man 2—3 mal täglich und bei jeder Vornahme in 30—50 Touren aus.

Viel richtiger bei der Behandlung einer Neigung zu Verstopfung (mag dieselbe nun durch eine mehr sitzende Lebensweise oder durch mechanische Hindernisse im Darme bedingt sein) ist es, wenn dieselbe durch eine geeignete Lebensweise verhütet, und somit einer dauernden Reizung und dadurch bedingten örtlichen Entzündung vorgebeugt wird. Hier nun wird auch seitens der Wasserheilkunde vielfach gesündigt und schablonenmäßig verfahren. Man glaubt durch tägliche Klystiere, „die ja so gut gegen Verstopfung helfen," genug gethan und durchaus naturgemäß gehandelt zu haben, übersieht aber bei dieser Logik, daß erstens mit der örtlichen Anregung des Darmes durch das kalte Wasser noch lange nicht die ursächlichen Bedingungen der Verstopfung aufgehoben sind, und zweitens wird bei dem zur Zeit teilweise herrschenden Wasserfanatismus gänzlich übersehen, daß auch das kalte Wasser einen örtlichen Reiz ausübt, der oft wiederholt und bei Nichtbeseitigung der Ursachen des Leidens, mit der Zeit eine Ueberreizung und somit Schwächung der örtlichen Nerven und Muskeln herbeiführen muß. — Wie mit den Klystieren, so verhält es sich auch mit dem Genusse des Schrotbrodes. Das Weizen-Schrotbrod ist für Naturen, die es bisher nicht gewöhnt waren, ein vorzügliches Mittel, die Darmthätigkeit anzuregen, die Verdauung zu einer regelrechten zu gestalten und die gesamten Därme in allen Ecken und Winkeln sozusagen auszuputzen, und von alten Kotversetzungen zu befreien. Für die Dauer jedoch bedeutet der Genuß des Schrotbrodes für viele Naturen (auch hier bestehen selbstredend Ausnahmen) eine Ueberreizung der Verdauungswege mit nachfolgender gänzlicher Erschlaffung derselben. Deshalb müssen wir bei diesen beiden an sich vorzüglichen Mitteln des Wasser- und des Diätheilverfahrens ausdrücklich vor dem Zuviel warnen. An die Klystiere soll sich überhaupt Niemand „gewöhnen", den Genuß des Schrotbrodes aber nur dann fortsetzen, wenn keine nachträgliche Schwächung der Verdauungswege beobachtet wird. Das beste bleibt auch hier ein Wechsel des Brodes; und altbackenes ist dem frischgebackenen stets vorzuziehen.

Zur Vorbeuge des so lästigen Uebels der Stuhlverstopfung gehört es auch, sich frühzeitig daran zu gewöhnen, jeden Tag zu einer bestimmten Stunde zu Stuhl zu gehen. Selbst wenn dies eine Zeit lang ganz ohne Erfolg bleiben sollte, so gewöhnt sich doch der Körper an die an ihn gestellte Zumutung, und wie zur bestimmten Stunde sich immer das Hungergefühl einstellt, wird sich dann auch die Funktion der Entleerung vollziehen. Die betreffenden Halbkranken müssen ferner darauf bedacht sein, viel Flüssigkeit in den Körper einzuführen. Die Kost sei daher saftreich; saftiges Gemüse, Obst, besonders Pflaumen, Aepfel, Weintrauben kommen hier besonders in Betracht. Alle trockenen, schweren Nahrungsmittel, alle, welche viel Mehl oder aber Faserstoff enthalten (Kartoffeln, Rind- und Schweinefleisch), müssen gemieden werden; über das Brod und den vorteilhaften Wechsel in demselben berichteten wir schon oben. Von vorzüglicher Wirkung ist hier wie überhaupt bei allen Leiden der Verdauungswege der Genuß des Honigs. Bei den Getränken kommen Weizenkaffee, leichte Thee's (Erdbeer- und Brombeerblätterthee), hauptsächlich Wasser und Bier in Betracht. Ersteres darf nicht hart sein, und von letzterem sind die schweren Lagerbiere ausgeschlossen. Leichte, gute, nicht zu junge Biere befördern die Verdauung; daher auch die Verstopfung viel mehr bei Frauen als bei Männern zu finden ist, da neben anderen Ursachen die Ersteren viel weniger Bier genießen. Ein Uebermaß schadet selbstredend auch hier, indem die Nieren wieder überanstrengt werden, auch muß aus dem gleichen Grunde bei neben der Verstopfung bestehender Schwäche oder Entzündung der Nieren der Genuß des Bieres unterbleiben. — Milch wirkt außerordentlich individuell und lassen sich hier bestimmte Verordnungen gar nicht geben. (Man vergleiche Magenkrankheiten.) — Nachteilig ist es ferner, den Körper zu warm zu halten und überhaupt viel zu schwitzen. Aus diesem Grunde dürfen die zu Verstopfung Neigenden auch nicht zu lange morgens im warmen Bette bleiben, überhaupt nicht zu weich schlafen; sie mögen auf Stroh oder Roßhaar liegen und den Körper warm bedecken, aber die Federunterbetten aus ihrem Bette verbannen. Aus gleichem Grunde beobachtet man auch bei der fleißigen Benutzung der russischen Dampfbäder so häufig Stuhlverstopfung, und ist dies ein deutlicher Wink der Natur, ihr nie ein Uebermaß anzuthun, sie nie schablonenmäßig zu behandeln. — Endlich kommt noch die Körperbewegung, als im vorliegenden Falle fast bestes Universalmittel in Betracht. Nichts befördert die Leibesöffnung so sehr als ein mäßig ausgeführter Spaziergang ins Freie, oder ein geeignetes Turnen und Schwimmen (letzteres in einer dem Körper angenehmen Wassertemperatur). Wird man an einem Tage an dieser Körperbewegung verhindert, so reibe man den ganzen Körper, namentlich den Unterleib, mit Flanell oder einem wollenen Tuche ab, und nehme abends oder morgens eine feuchtkühle Abreibung vor.

Die Verstopfung bei Kindern ist nicht so schlimm wie die Neigung derselben zu Durchfällen, und es wird auch durch die Erfahrung

bestätigt, daß Kinder, die häufig verstopft sind, kräftiger sich entwickeln als solche, welche an Durchfällen zu leiden haben. Das einzig Bedenkliche bei Stuhlverstopfungen der Kinder ist, daß sich leicht Unterleibsbrüche einstellen und auch Krampfzustände sich entwickeln können. Genießen die Kinder nur Muttermilch, und haben dabei nur aller 2—3 Tage eine spärliche Entleerung, so kann man weiter nichts thun, als öfter mit der erwärmten Hand sanft und leicht den Bauch von rechts (des Kindes) nach links kreisförmig zu reiben und den Kleinen ab und zu etwas Brühe von gekochten, gebackenen Pflaumen einzuflößen. Gründlich wird aber auch hier eine derartige Verstopfung nur behoben, wenn man die Fehler, die in der Ernährung liegen, beseitigt. Deshalb lasse man die Stillende eine Kost führen, welche weniger fett, nicht erregend und zu kräftig ist.

Sturzbäder, s. Douchen.

Syphilis (Luftseuche, Lues, Venerie). Zweifelsohne so alt wie das Menschengeschlecht, ist die Syphilis immerdar dieselbe gewesen und geblieben. Schon Moses beschrieb sie, Hippokrates und Celsus kannten sie, ja man fand sie selbst nach der Entdeckung Amerikas unter den Indianern. Ende 1494 aber zog sie, unter den Neapel belagernden Truppen Karls VIII. ausgebrochen, die allgemeine Aufmerksamkeit auf sich und verbreitete sich nach Spanien, Frankreich, Deutschland u. s. w. Ueberschwemmungen, ungünstige Stellung der Gestirne, anhaltende Regengüsse und Unzucht, welche die Kriegshorden mit ihren rotzkranken Pferden getrieben haben sollten, galten als Ursachen dieser neuen Krankheit. Nach andern sollte sie von Kolumbus' Seeleuten aus Amerika mitgebracht worden oder ein Abkömmling des Aussatzes sein. Da jedes Volk gern dem andern einen kleinen, doch deutlichen Hieb versetzen wollte, so ward die Seuche anfangs verschiedentlich als Franzosen-, neapolitanische, spanische, deutsche Krankheit bezeichnet. Den Namen Syphilis hat sie seit Fracastorius (1521), der in einem Gedicht die Sage erfand, daß ein Hirt des Königs Alkithous, Namens Syphilus, von Apollo wegen nicht gebührender Ehrerbietung mit diesem Leiden bestraft worden sei. Klarer aber ist die Ableitung vom griechischen sys (Schwein) und philos (lieb).

Ist nun auch die Krankheit thatsächlich eine längst bekannte, die Ansichten und die Lehre über dieselbe haben sich vor und nach dem 15. Jahrhundert bis herein in unsere Tage immerdar gewandelt. War sie den ältesten Aerzten eine einfache, örtliche, Gesundheit und Leben des Menschen nicht gefährdende Krankheit mit nur geringen Erscheinungen und ohne alle Folgeleiden, ohne Rückwirkung auf Vererbung und Geburt, so ward sie in den letzten Jahrhunderten bis auf die Gegenwart zu einem krankheitlichen Chamäleon, das fort und fort die Farbe wechselte, zu einer vielköpfigen Schlange, die sich zu jeder Zeit häutete und an Stelle der abgeschlagenen Häupter immer neue wachsen ließ dank der Quecksilberbehandlung. Sie ist es nämlich, welche die sich ewig wandelnden Proteusgestalten der angeblichen Syphilis erzeugt, denn diese ist, wie wir Dr. Hermann völlig beipflichten, „eine einfache, eine lokale (örtliche)

Krankheit, welche nie ins Blut des Menschen übergeht, vollkommen heilbar ist, nie bleibende Folgen zurückläßt und nie durch Zeugung und Vererbung sich weiter verpflanzen läßt; die Syphilis gefährdet nicht die Gesundheit und das Leben des Menschen, geht über die primitiven (ursprünglichen) und die unmittelbaren Folgeformen nie und nimmer in anderweitige Erkrankungen über."

Demgemäß unterscheiden wir Anfangs- und Folgeformen der Syphilis. Zu den ersteren gehören das syphilitische Geschwür, der Schanker (s. den Art.) und die Blenorrhagie oder Blenorrhoe, der Schleimfluß oder Tripper (s. den Art.). Sind die Folgeformen des Schankers die syphilitische Drüsenentzündung, Pauke oder der Bubo (s. den Art.); der syphlitische Ausschlag, und zwar das fleckige, knotige und schuppige Hautsyphilid; das syphilitische Kondylom oder die Feigwarze (s. den Art.), so zählen zu den Folgeformen des Trippers die syphilitische Hodenentzündung (s. den Art.) beim Mann, die Entzündung der Bartholinischen Drüsen beim Weibe; die syphilitische Entzündung der Leistendrüsen, die Pauke oder der Bubo (s. den Art.), der syphilitische Ausschlag, das Hautsyphilid; die syphlitische übermäßige Vergrößerung der Haut- und Schleimbälge, das Kondylom oder die Feigwarze (s. den Art.) und endlich der syphlitische Blasenhals- und Harnblasenkatarrh. Nimmt man hierzu noch alle jene, durch unmittelbare oder mittelbare Uebertragung des syphilitischen Stoffs auf gewisse Körperteile entstehenden, stets mit einer der Anfangsformen zusammenhängenden Erscheinungen bei Syphilitischen, sowie die syphilitische, von der äußern mitunter sich bis zur Regenbogenhaut steigernden Augenentzündung, den Schleimfluß des Auges, die syphilitischen Formen auf der Schleimhaut außerhalb der Geschlechtssphäre und viele andere Erscheinungen, so ist der Kreis der wirklichen Syphilis abgeschlossen. Alles andere ist nur Folge des Quecksilbers oder anderer Arzneigifte oder allgemeiner Säfteverderbnis.

Unreiner Beischlaf ist naturgemäß die häufigste Veranlassung zur syphilitischen Ansteckung, doch kann sie auch durch Küsse, Trink-, Eßgeschirr, Pfeifen, Cigarren, chirurgische Instrumente, Rasirmesser, Bisse, Kratzen u. s. w. geschehen, welche Möglichkeiten allerdings von manchen Kranken, um sich rein zu waschen, ausgebeutet werden. Daß Aerzte, Hebammen u. s. w. oft durch Wunden nach Untersuchungen u. a. erkranken, dürfte ebenso bekannt sein, wie die Thatsache der Uebertragung der Syphilis dank der Impfung. Meist nur bei Erwachsenen beobachtet, findet sich die Lustseuche mehr bei Männern als Frauen. Das einmalige Ueberstehen dieses Leidens schützt keineswegs gegen spätere Ansteckung. Natürlich hat man auch für die Syphilis einen Bazill verantwortlich machen zu müssen geglaubt, obwohl doch die Bazillen nie Krankheitserzeuger, sondern höchstens nur Krankheitserzeugnisse bez. Begleiterscheinungen sein können.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Was den Schanker, das in 3—5 Tagen infolge der Einwirkung des syphilitischen Ansteckungsstoffes entstehende, syphilitische Geschwür betrifft, so zeigt es bald kreisrunde, bald ovale, weiter eliptische und ferner wieder mehr oder weniger winklige Form. Hier am Grunde vertieft, unrein, mit faserigen Ausschwitzungen überkleidet, unterminiert und zackig gerundet, dort erhöht oder gleich, eitrig und festbegrenzt, zerstört meist das Geschwür den Boden, auf welchem es sitzt, und zeigt sich einmal als einfache Abschürfung, das andere Mal als einfaches seichtes, das dritte Mal als in die Tiefe fressendes und wieder ein ander Mal als rasch an den Rändern umsichgreifendes Geschwür. Vom weichen und harten Schanker zu reden, ist ein Unding, denn oft wird ein hartes Geschwür weich und umgekehrt, ja man spricht sogar medizinischerseits von einem gemischten. Uebrigens hat der harte, wie der weiche Schanker bald Folgeformen, bald wiederum keine. Im Allgemeinen hat man beim natürlichen Verlauf drei Abschnitte zu unterscheiden, den der Entwickelung oder syphlitischen Verschwärung, den des Stillstandes und den der Wiederherstellung. Dauert der erste 14—21 Tage, so steht das Geschwür im zweiten nicht selten ein, ja mehrere Wochen still und ohne jede sichtbare Veränderung, kann aber auch brandig werden, sich abstoßen und vernarben, welch letzteres allerdings meist erst im dritten geschieht.

Bezüglich der Folgeformen des Schankers ist zu sagen, daß die syphilitische Drüsenanschwellung, Pauke oder der Bubo nur da entstehen kann, wo Drüsen nahe an dem syphilitischen Geschwür sind, bez. die Zuführung des syphilitischen Stoffs durch die Lymphgefäße zu den Drüsen möglich. Am meisten, nicht aber immer, kommen hier die Leistendrüsen in Betracht, die nach kürzerem oder längeren Bestand des Geschwürs anschwellen, verhärten, und zwar ohne Schwerzhaftigkeit, oder unter Schmerzen vereitern. Eine weitere Folge ist das Kondylom oder die Feigwarze, eine Wucherung des Warzenkörpers der Schleimhaut oder der Oberhaut in warziger, bald trockener, bald etwas nasser, schmerzloser, erhabener Gestalt. Wie sie meist unmittelbar an oder bei der syphilitischen Anfangserkrankung vorkommt, so auch in jeder Entfernung von ihr, immer aber während des Bestands derselben oder doch nach kurzer Zeit. Man unterscheidet breite und spitze Feigwarzen, die zusammen sich vorfinden können, wenn auch die breiten vorherrschen.

Die Hauptsyphiliden endlich sind Ausschläge der Haut, welche während oder bald nach den Anfangsformen der Syphilis durch Fortführung des syphilitischen Stoffs, mittelbar oder unmittelbar damit zusammenhängend, entstehen und zwar in der 3. bis 4. Woche, manchmal auch später, vom Bestehen des Schankers gerechnet. Hier als runder, dort als ovaler Fleck, da als Knötchen, wo anders wieder als Schuppe auftretend, zeigt der Ausschlag bald hell-, bald kupferrote, ja schmutzige Farbe, je nach Maßgabe der Haut. Meist an der äußeren Schamgegend, inneren Schenkelfläche, dem Leistenbug und der unteren Bauchgegend erscheinend, geht er auch auf die Beine, Vorderarme, Stirne, Hals- und

Nackengegend, Kopfhaut, ja auf den ganzen Körper über, immer aber ohne jegliche Fieberbewegung, Empfindung, Schmerzen und alles Jucken, um nach 10 Tagen bis 6, ja 8 Wochen von selbst abzuheilen und zwar ohne Eiterung und Verschwärung. Die Zusammenziehung und Anschwellung der Vorhaut vor der Eichel, so daß jene sich nicht zurückziehen läßt, sowie der sogenannte spanische Kragen, d. h. die Einschnürung der Eichel durch die zurückgezogene Vorhaut, endlich sind bloße Begleiterscheinungen der bestehenden Entzündung am Gliede.

Das ist etwa das Bild der Syphilis, wie sie sich ohne Quecksilber und ohne die dieses bekämpfende Jodbehandlung, kurz ohne Arzneien entwickelt. Da aber die Syphilis, ehe sie in naturgemäße Behandlung kommt, meist schon in allo-, bez. homöopathischer war, so geben wir in Anschluß hieran auch einen kurzen Bericht von der Lehre der Syphilis seitens der Medizinwissenschaft. Danach ist die Syphilis eine chronische Ansteckungskrankheit, die von dem weichen Schanker und Tripper verschieden ist, obwohl auch auf ersteren syphilitische Allgemeinerkrankungen vorkommen sollen. Die Folge dieser Lehre ist die Annahme einer konstitutionellen Syphilis, d. h. einer Blutvergiftung durch das syphlitische Gift. Ebenso läßt die Medizin diese Krankheit meist mehrere Monate und Jahre währen, ja dann und wann sogar mit Rückfällen, zu denen überhaupt große Neigung vorhanden sein soll. Gleichwohl will man auch einige binnen kurzer Zeit verlaufende und unter Umständen schnell zum Tode führende Fälle gesehen haben. Nach der Arzneiwissenschaft ist der Verlauf etwa folgender. Unmittelbar nach der Ansteckung zeigt sich fürs erste nichts, nach durchschnittlich 3 bis 4, doch auch mehr oder weniger Wochen, der 1. Inkubations- (Brut-) Zeit, aber an der Ansteckungsstelle der harte Schanker unter gleichzeitiger Geschwulst der benachbarten Lymphdrüsen. Das ist das primäre (1.) Stadium, dem nach durchschnittlich 6 bis 7 Wochen, von vielen die 2. Inkubationsperiode genannt, das sekundäre (2.) folgt durch das Auftreten von Ausschlägen, sogenannten Syphiliden, auf der Haut (syphilitische Röteln) und Schleimhaut (syphilitische Bräune), wobei angenommen wird, daß sich das syphilitische Gift in den allgemeinen Säftestrom verteilt hat. Dadurch fällt das Haar aus, es kommt zu Nasen-, Kehlkopf-, Gehör-, Augenleiden, Muskel-, Gelenk- und Knochenschmerzen und nervösen Störungen. Oft, zumal bei Vernachlässigung, soll es dann selbst nach 30 Jahren noch zu einer tertiären (3.) Periode kommen, der im Gegensatz zu den breiten Feigwarzen der 2. die Bildung von Gummigeschwülsten eigen sein soll und zwar nicht nur auf Haut und Schleimhaut, Muskeln, Knorpeln, Knochen, sondern oft auch in inneren Organen. Durch Zerfall kommt es dann zu schweren und vielfach lebensgefährlichen Zerstörungen und der schließliche Ausgang ist oft syphilitischer Schwund und Nachkrankheiten als speckige oder wachsige Entartung der verschiedensten Organe, Lungenschwindsucht, verschleppte Nierenentzündung, Gefäßerweiterungen und Geisteskrankheiten.

Der um die Bekämpfung der Queckſilberbehandlung hochverdiente Dr. Hermann ſagt: „Die der Syphilis bisher zugeſchriebenen Wirkungen: Verſtümmelung des Geſichts, Verluſt der Naſe, Knochenbrand, Beinfraß, freſſende Hautgeſchwüre, Schädigung der Sinnesorgane, Krankheiten innerer Körperteile, Uebererbung an Kinder und Enkel, Zeugung ſkrophulöſer Kinder ſind nie und nimmer Produkte der Syphilis; ſie ſind und bleiben ewig Folgen der Merkurial- (Queckſilber-) Behandlung in den allermeiſten, Folgen anderer Dyskraſien (Blutentmiſchungen) in den ſeltenſten Fällen." Warum aber wendet man dann noch Queckſilber an, zumal, wie Profeſſor Nothnagel (Wien) geſteht: „Thatſächliches über die Art der Einwirkung des Queckſilbers auf den ſyphilitiſchen Prozeß nicht bekannt" iſt und „es ebenſo ſicher, daß nach Merkurialbehandlung oft nach jahrelanger Latenz (Verborgenſein) die Syphiliſſymptome, und dann bisweilen in recht ſchlimmer Form, wieder hervortreten." Profeſſor Eichhorſt (Zürich) bekennt ſogar: „Von manchen älteren Autoren wurde gelehrt, daß Syphilis überhaupt keine tertiären Symptome macht, ſondern daß die ſogenannten Tertiärerſcheinungen immer Folge der Anwendung von Queckſilberpräparaten ſind und Symptome des Merkurialismus darſtellen." Dies, als Anhänger des Queckſilbers bezweifelnd, ſagt er weiter: „Aber dennoch muß man zugeben, daß die Anwendung von Queckſilberpräparaten großen Einfluß auf das Knochenſyſtem äußert. Auch von zuverläſſigen Autoren iſt berichtet worden, daß man hier und da in den Knochen von Syphilitiſchen, welche mit Queckſilberpräparaten behandelt worden waren, Queckſilberkügelchen gefunden hat, und jedem iſt bekannt, daß unter dem Einfluß von Queckſilberpräparaten kongeſtive (durch Blutandrang) Veränderungen im Knochenmark eintreten. Auch läßt ſich nicht in Abrede ſtellen, daß lange Einwirkung von Queckſilber zu Kiefernekroſen (Knochentod) und auffälliger Knochenbrüchigkeit zu führen im Stande iſt." (Vergl. d. Art.: Merkurialſiechtum.)

Müſſen wir ſomit das Queckſilber mit Dr. Drysdale kein Heilmittel, ſondern eine krankmachende Urſache nennen, ſo möchten wir auch noch der Schmerzhaftigkeit des jetzt ſo beliebten Unterdiehautſpritzens und der Umſtändlichkeit des Einſchmierens des Queckſilbers gedenken. Ueber letzteres Verfahren urteilt Prof. Nothnagel (Wien) treffend: „Schon das einfachſte und wertvollſte Geſetz, daß der Arzt bei einem ſtark giftig (!) wirkenden Mittel genau wiſſen ſoll, welche Gewichtsmenge desſelben er dem Körper einverleibt, iſt bei der grauen Salbe nicht durchführbar; wir können nie berechnen, welche Mengen in den Körper aufgenommen, wie viel von dem Aufgenommenen durch Oxydation (Säuerung) zu einer Wirkſamkeit gelangt." Prof. Schmiedeberg (Straßburg) meint dazu: „Ob dieſe Anwendung Heilerfolge aufzuweiſen hat, iſt ſchwer zu beurteilen, da es ſich um Zuſtände handelt, die auch ohne jede derartige Behandlung zurückgehen können." Der letztern Anſicht iſt ebenfalls Prof. Nothnagel (Wien), indem er ſagt: „Was nun die eigentliche Syphilis, den harten Schanker und die Reihe der ſogenannten ſekundären und tertiären Affektionen anlangt,

so steht es als unbestrittene Thatsache fest, daß die frische Syphilis unter günstigen Bedingungen in manchen Fällen ohne jede Behandlung oder nur unter Anwendung eines geeigneten, diätetischen Verfahrens abläuft und verlöschen kann." Und der bekannte Syphilidolog Prof. Lang gesteht: „In ähnlichen (Syphilis-) Fällen habe ich sehr oft durch Fernhaltung der vorausgegangen Schädlichkeiten und irrationellen Lebensgewohnheiten allein eine vollständige Heilung eintreten sehen, ohne daß gleichzeitig eine allgemeine Kur (Quecksilber) eingeleitet worden wäre."

Das Gesagte zusammenfassend, urteilen wir über die Natur der Syphilis dahin, daß es möglicherweise eine eigentliche, also absolute Syphilis gar nicht giebt. Die ursprüngliche Form dieser durch Unreinlichkeiten mancher Art erzeugten venerischen Erkrankung, und die jedenfalls nur eine rein örtliche war, ist vollständig verwischt worden, nachdem die Behandlung des schon bei den alten Römern bekannten Quecksilbers und weiterhin des Jod hinzutrat. Denn kein Gift ist so leicht übertragbar wie dieses, und es giebt keine Immunität (Unempfänglichkeit) dagegen. In Wärme leicht löslich, wird es nicht bloß durch die örtliche Wärme bei Ausübung des Beischlafes übertragen, sondern auch durch die Lunge, infolge Ausdünstung schwitzender Quecksilberkranker. Diese Thatsache des Lebendigwerdens und Sichverflüchtigens des Quecksilbers, verbunden mit jener anderen Thatsache, daß seit Jahrhunderten die Quecksilberbehandlung jeder venerischen Erkrankung im Schwange war und somit eine fortgesetzte, festverkettete Verseuchung des Menschengeschlechtes mit Quecksilber stattfand und noch stattfindet, giebt uns die deutlichen Fingerzeige in die Hand für eine naturgemäße und zugleich sicheren Erfolg versprechende

Behandlung der Syphilis. Absolut reine Formen derselben kommen überhaupt nicht vor, es müßte denn die einfache Form des Trippers dazu gerechnet werden. Die relativ reinen Formen, also jene Fälle, welche ohne voraufgehende Medizinbehandlung der arzneilosen Heilkunde überwiesen werden, bedingen dieselbe Behandlung wie die Quecksilbererkrankung überhaupt. Es erscheint als eine völlig unnötige Zersplitterung naturärztlichen Denkens, und als eine nur beunruhigende Erläuterung gegenüber dem Patienten, eine spezielle „Syphilisbehandlung" einzuleiten. Man halte immer fest, daß man es mit einer stattgefundenen Quecksilberübertragung, beziehentlich weiteren Einimpfung dieses Giftes sowie des Jods mit allen seinen speziellen Neben- und Folgewirkungen zu thun hat. Außerdem behalte man stets im Auge, daß Quecksilber durch Wärme löslich ist, und die Natur das Bestreben zeigt, dieses Gift (wie überhaupt die meisten Gifte) durch die Drüsen, speziell aber durch die Schleimhäute des Körpers wieder auszuscheiden, während andererseits das Jod durch die Nieren zur Ausscheidung gebracht wird, weshalb bei stattgefundener Jodvergiftung gewöhnlich Blutüberfüllung und schmerzhafte Entzündung der Nieren sich zeigt. Es ergiebt sich also von selbst, daß man den an Syphilis erkrankten Körper zuvörderst mit warmen Temperaturen zu behandeln hat, daß man auf jede Weise die ausscheidende Thätigkeit der

Schleimhäute unterstützen und drittens, sofern direkte Medizinbehandlung vorausging, auch dem Zustande der Nieren besondere Beachtung schenken muß, indem nach vorausgegangener Jodbehandlung eine leichte Erkrankung der Nieren keine Erkrankung an sich, sondern Heilmaßnahme der Natur behufs Befreiung von dem genannten Gifte bedeutet. Wer Syphilis mit kalten Temperaturen behandeln will, wird nichts erreichen können; deshalb ist auch der Winter die ungünstigste und Frühling und Sommer die günstigste Zeit der Behandlung, weil hier die atmosphärische Temperatur die Wärme hervorrufende Heilbehandlung unterstützt.

Die prinzipiellen Grundideen einer naturgemäßen Behandlung der Syphilis sind also überaus einfach, sofern die relativ einfache Form derselben vorliegt und ein normaler, widerstandsfähiger Körper von der Erkrankung befallen ist. Sie besteht in diesem Falle in Schwitzpackungen, möglichst täglich zwei Mal, doch, wenn dies der Beruf nicht gestattet, wenigstens jede Nacht. Während der Packung hätte der Kranke, sofern er nicht schläft, nach Bedürfnis Wasser zu trinken. Erforderlichen Falles sind noch Extrakrompressen auf die Nieren zu legen. Die Auswickelung aus der Packung soll stattfinden, sobald ein Nachlaß des Schweißes eintritt. Nach der Packung soll eine mildfeuchte Abwaschung des ganzen Körpers und sorgfältigste Reinigung der benutzten Tücher stattfinden; die erkrankten Geschlechtsteile sowie sonstige geschwürige Stellen werden noch extra mit weicher, alter, feuchter Leinwand belegt, welche öfters gewechselt oder doch gereinigt werden muß, damit das örtlich Ausgeschiedene immer rechtzeitig entfernt und das Ausscheidungsbestreben ununterbrochen im Gange erhalten wird. Der Patient darf in keinem Falle in der Packung trocken werden, weil sonst eine Wiederaufsaugung des bereits ausgeschiedenen Giftes durch die Hautorgane stattfinden würde. Außerdem sind täglich — sofern auch am Tage eine etwa zweistündige Packung vorgenommen wird, nach derselben — zwei Sitzbäder von 25—27 ° R. und $^1/_2$—$^3/_4$-stündiger Dauer zu nehmen, und darf der Patient, bei gutem Schutze des Ober- und Unterkörpers, keinerlei Frostempfindung in demselben haben, anderenfalls noch warmes Wasser hinzugegossen werden müßte. Bei schmerzhafter Erhöhung der örtlichen Entzündung gehe man mit der Temperatur etwas herab. Auch körperliche Bewegung, doch ohne Ueberanstrengung, soll sich der Patient machen, bei warmer Temperatur im Freien, bei kühler am besten im Zimmer. Die Kleidung sei warm und die Wäsche werde häufig gewechselt, da ein einmal zur Ausscheidung angeregter und darin fortgesetzt unterstützter Körper auch tagsüber an die ihn umgebende Kleidung durch Ausdünstung krankhafte Stoffe abgiebt. Die Diät sei vorwiegend warm und flüssig, dabei streng vegetarisch, also in jeder Hinsicht reizlos und Säfte neubildend. — Dieselbe Behandlung wie die hier angegebene wende man auch bei Bubonen, gleichzeitigem Tripper, Schanker im Halse und Feigwarzen an.

Anders gestaltet sich die Behandlungsweise bei der (relativ) nicht einfachen Form der Syphilis, wo also infolge von Arzneibehandlung

außer dem durch die Ansteckung verdorbenen Blute noch außerdem schwere Vergiftung infolge Quecksilber und Jodbehandlung vorliegt. Wir rechnen in diesem Falle nicht mit der allopathisch gepflogenen Einteilung in sekundäre und tertiäre Syphilis, sondern vielmehr mit schwerer und schwerster Arzneivergiftung und Arzneiverseuchung des Körpers. Wir haben über die diesbezüglich eintretende Behandlung schon in dem Artikel: Quecksilbersiechtum das Nötigste gesagt und fügen noch nachfolgende allgemeine Winke hinzu, Dieselben können und dürfen nur allgemein gehalten sein, weil die arzneilose Heilkunde eine schablonenmäßige Behandlung nicht kennt, und weil andererseits bei schweren chronischen Leiden jede bestimmte, ohne Berechnung des individuellen Kräftezustandes gegebene Verordnung eine Schablone, mithin Versündigung an der Kraft des Heilenkönnens der Natur sein würde. — In erster Linie ist zu beachten, daß zur Zeit noch die meisten der betreffenden Kranken, ehe sie sich der Naturheilkunde als letztem Rettungsanker zuwenden, nicht nur in den innersten Quellpunkten ihres physischen Lebens durchseucht und erschöpft sind, sondern daß auch ihr seelisches Leben denjenigen Grad der Erregung und Hoffnungslosigkeit erreicht hat, welcher fast an Verzweiflung streift. Wir haben es also in diesen schweren Fällen mit Doppeltkranken zu thun und wir müssen demgemäß in doppelter Weise derselben Arzt sein, sowohl für ihren vergifteten Leib als auch für ihre umschattete Seele. Ein tröstender Zuspruch, ein Hinweis auf die nie ermüdende Allmacht der Natur, ein Anfeuern, durch die Kraft des eigenen Willens sich von den Fesseln der Krankheit zu erlösen — diese psychische Beeinflussung und Behandlung des Patienten wird denselben nicht nur mit festerem Vertrauen an seinen Arzt ketten, und so eine Hauptbedingung sein für die genaue Ausführung der vollen Kur, sondern wird auch die Naturheilkraft in ihm, den Willen, gesund zu werden direkt stärken und so der äußeren Behandlung des Arztes ein von innen her unterstützendes Entgegenkommen beigesellen. Andererseits muß man sich wohl hüten, die bei der geringsten Besserung sich einstellende freudige und deshalb um so hochgradigere Erregung des vorher sehr schwachen Kranken für eine wirkliche Kräftigung und für einen höheren Grad von Leistungsfähigkeit der Natur zu halten, welcher ein eingreifenderes Verfahren nunmehr gegenübergestellt werden müsse. Hier nun hüte man sich also erstens vor zu kräftigen Maßnahmen, zweitens mache man auch den Kranken auf das bestehende Scheingefühl schonend aufmerksam, weil sonst in kürzester Zeit, bedingt durch das nur langsame Weiterschreiten der Heilung, vielleicht auch durch neu auftretende Geschwüre aller Art, ein Rückschlag der Stimmung unfehlbar eintreten und dann sowohl die seelische als auch körperliche Behandlung um so schwieriger wird. Sind jedoch sichere Beweise von thatsächlich vorhandener Erhöhung der Körperkraft vorhanden, so kann man nach der einleitenden milden Kur — die wie früher angegeben nur in milden Abwaschungen, Halb- und Sitzbädern von lauen Temperaturen zu bestehen hatte — nun mit der eigentlichen Kur beginnen, die in fast ununterbrochenem Schwitzen,

mit nachfolgenden kühlen Abwaschungen oder Begießungen zu bestehen hat. Zeigt sich eine Ermattung des Kranken, so setze man aus und gebe ihm bei fortgesetzter, nur einfacherer Behandlung, wenige Tage Ruhe. Beginnt dann endlich der Eintritt der mancherlei kritischen Erscheinungen, welche gerade bei der vorliegenden Krankheit eine so große Vielseitigkeit zeigen, meistens jedoch als kleinere und größere Geschwüre, Ausschläge, Furunkeln, Speichelfluß, entzündliche Zustände der Augen, der Leber ꝛc. auftreten, — so ändere man demgemäß die Kur ab und behandle die neuen Zufälle mit der größten Aufmerksamkeit.

Niemals versäume man die örtlichen Einspritzungen mit abgeschrecktem Wasser; im allgemeinen werden derartige Einspritzungen zu häufig gemacht; 2—3 Mal täglich genügt vollständig. Die richtige Ausführung derselben ist jedoch wichtig. Eine Spritze mit kegelförmiger, abgestumpfter Spitze füllt man mit Wasser, läßt den Stempel, damit er fest schließt, noch etwas anquellen, um sicher zu sein, daß das Wasser nicht, statt in die Harnröhre, hinter den Stempel gedrückt wird. Sodann spritzt man, indem man die Spritze nach oben hält, die Luft und etwas Flüssigkeit aus derselben aus. Nunmehr macht man die Harnröhrenöffnung frei, indem man die Vorhaut über die Eichel zurückzieht, und schiebt nun die stumpfe Spitze der Spritze derart hinein, daß man mit Daumen und Zeigefinger Eichel nebst Vorhaut langsam darüber zieht. Ganz langsam spritzt man nun das Wasser ein und hält fast eine Minute das Wasser in der Harnröhre fest; dann erst läßt man auslaufen. Der Behandelnde wasche sich stets nach einer solchen Ausspritzung, oder auch, wenn er das Glied, oder die Wäsche an jener Stelle berührt hat, sorgsam die Finger mit Wasser und Seife und hüte sich vor allem, kurz nach solcher Berührung die Augen zu berühren oder Wäsche (Handtücher ꝛc.) zu benutzen, welche auch Andere in Gebrauch haben.

Ferner ist die Erhaltung eines guten Stuhlganges von höchster Bedeutung für den fortschreitenden Erfolg der Kur. Man verfahre demgemäß (vergl. Stuhlverstopfung). — Angeschwollene Drüsen sollen unter keinen Umständen geöffnet, sondern durch fortgesetzte Kompressen zum Zerteilen und ihr Inhalt durch mitwirkende Massage der Lymphdrüsen des Körpers zur natürlichen Ausscheidung gebracht werden. Sind sie bereits offen und in Eiterung übergegangen, haben sich Fistelgänge gebildet, so wende man auch unter solchen Umständen nur aufsaugende, die Reinlichkeit aufrechterhaltende, die Ausscheidung fördernde feuchtwarme Umschläge an und überlasse das Ausheilen und Schließen derselben ruhig der Natur. Ebenso verfährt man mit Feigwarzen und überhaupt mit allen etwa auftretenden Auftreibungen, Knocheneiterungen, welche man (s. den Art. entzündliche Krankheiten) in den geringeren Stadien durch Einwickelungen benachbarter Teile zu zerteilen, in bereits höheren Graden zur Oeffnung und Entleerung ihres Inhaltes nach außen zu bringen versucht. Im ersteren Falle ist also ein mehr kühles, im letzteren ein vorwiegend wärmeres örtliches Verhalten angezeigt. Im zweiten wäge man

mit besonderer Vorsicht die Stärke der Behandlungsweise und die Heilleistungsfähigkeit des Patienten gegeneinander ab. Bestehen in der Mundhöhle, im Rachen oder der Nase offene Geschwüre, so behandele man dieselben nur mit häufigem Ausspülen, mit reinem Wasser, doch vermeide man, der Natur des Quecksilbers entsprechend, alle kühlen Temperaturen; man kühle nur, wo die Entzündung sich bis zur Schmerzhaftigkeit steigert, im andern Falle suche man in jeder Weise durch Wärme, und zwar durch feuchte Wärme auszuscheiden. Daher würde es auch ein großer Fehler sein, die Douche oder das kalte Vollbad anzuwenden. Nur Pfuscher in Naturheilkunde, welche sich noch wenig um das eigentliche Wesen der Syphilis bekümmert haben, werden derart verfahren. — Ist eine allgemeine Heilung ersichtlich, so wende man als Nachkur noch das allgemein kräftigende Verfahren und eine milde Wasserbehandlung an und höre damit ganz allmählich auf.

Zur möglichsten Verhütung der Syphilis beginne man schon frühzeitig, sowohl durch örtliche kühle Waschungen die Geschlechtsteile abzuhärten, als auch durch allgemeine und regelmäßige Waschungen und eine naturgemäße Diät die Widerstandskraft des ganzen Organismus zu kräftigen. Oertliche strengste Reinlichkeit nach einem Beischlafe, der syphilitische Ansteckung vermuten läßt, ist eine weitere, jedoch durchaus nicht sicher wirkende Maßnahme. Zu empfehlen ist in genanntem Falle thunlichst bald eine mehrstündige, ganze Schwitzpackung vorzunehmen. — Auch der Gebrauch sogenannter Condoms oder Präservativs, d. h. aus Lämmerdarm oder Guttapercha gefertigte Ueberzüge des männlichen Gliedes bildet wegen ihrer leichten Zerreißlichkeit keinen sicheren Schutz gegen die Ansteckung, und ist außerdem, indem die volle Befriedigung des Geschlechtsgenusses ausgeschlossen bleibt eine feinere, aber deshalb nicht minder schädliche Form der Onanie. Das beste Verhütungsmittel gegen die syphilitische Ansteckung bleibt natürlich die nicht außereheliche Liebe. Doch sind leider unsere jetzigen volkswirtschaftlichen, und, daraus entspringend, die gesellschaftlich-moralischen Zustände noch derart, daß dieses Radikalmittel gegen die Syphilis leider nicht Jedermann verordnet werden kann.

Talgdrüsen, Krankheiten derselben. Bisweilen ist die Absonderung der Talgdrüsen eine übermäßige und findet sich z. B. bei kleinen Kindern als sogenannte Schmutzflechte auf dem behaarten Teile des Kopfes in Form von grauweißen, später bräunlichen, fest anliegenden Schuppen; bei Erwachsenen häufiger an der Nase und Stirn mit weniger fest anhaftenden Schuppen, aber begleitet von heftigem Jucken. Die betreffenden Teile erscheinen alsdann wie mit Fett oder Oel bestrichen.

Unterdrückte Absonderung der Talgdrüsen oder Verminderung derselben macht die Haut trocken, spröde und rissig, auch belegt sich dieselbe alsdann mit feinen, mehlartigen Schuppen. — Als Hirsekörner (Milium) bezeichnet man die kleineren, weißen Hirsekörnern ähnlichen Knötchen, die besonders häufig an den Augenlidern oder deren Umgebung

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

vorkommen und über der Haut hervorragen. Es sind dies verstopfte Talgdrüsen mit einem breiigen, aus eingedicktem Talg bestehenden Inhalt. Die größeren Arten dieser Talgdrüsenaffektion bezeichnet man mit dem Namen Grützbeutel, weil ihr Inhalt das Aussehen von Haidegrütze hat. — Die Mitesser sind ganz derselben Natur, nur daß bei diesen der Ausführungsgang der Talgdrüsen nicht verschlossen, sondern nur durch einen zu einer braunen Masse verhärteten Talgpfropf verstopft ist, welcher den Drüsensack ausdehnt und als dunkler Punkt erscheint. Wenn man den Inhalt eines sogenannten Mitessers ausdrückt, so formt sich der eingedickte Talg wurstförmig und läßt an seinem der Oberfläche der Haut zugekehrtem Ende die obenerwähnte, durch Staub dunkel gefärbte Stelle erkennen, sodaß er das Aussehen einer kleinen Made erhält, woher der Name. — Die Hautfinnen sind nichts Anderes als entzündete Mitesser, daher rötlich gefärbt, und gehen gewöhnlich in Eiterung über. Wenn sie dagegen verhärten, so entstehen die bekannten harten Knötchen. — Unter Kupferrose versteht man die vorwiegend an der Nase und den Wangen vorkommenden Hautfinnen, in deren Umgebung die feinsten Blutgefäßnetze erweitert und dadurch mit bloßem Auge sichtbar sind. In höheren Graden fließen die betreffenden Stellen zusammen und geben größeren Hautpartieen eine kupferfarbige oder blaurote Färbung, wobei sich nicht selten zahlreiche Knoten und Hautverdickungen bilden. Als Ursache wirkt der andauernde reichliche Genuß von schwerem Wein oder Schnaps (daher Burgunder-, Schnapsnase); aber auch hohe Hitze- und Kältegrade und bei Frauen Störungen der Menstruation können die Ursache bilden.

Die Behandlung ist, ausgenommen bei, wie oben erwähnt, speziell vorliegenden Ursachen, in welchem Falle zuerst diese zu beseitigen wären, dieselbe wie bei Hautkrankheiten überhaupt. (Man vergl. die betr. Art.) S. auch den Art. Selbstbefleckung.

Taubheit. Die Behandlung derselben erfordert die volle Kur und insbesondere das bei Schwerhörigkeit (s. d.) angegebene Verfahren. Beispiele von glücklicher Heilung der Taubheit durch das Naturheilverfahren sind durchaus nicht selten. Einen interessanten Fall der Heilung von rheumatischer Taubheit bot der Lieutnant von R., welcher seit Jahren daran litt. Alle Mittel halfen nichts und er sah sich auf dem Punkte, seinen Abschied zu nehmen, als endlich der Ruf der neuen Methode des Wasserheilverfahrens zu seinen Ohren oder vielmehr zu seinen Augen gelangte. Er brauchte die Kur mit äußerster Beharrlichkeit und Energie, nahm besonders Kopf- und Ohrenbäder, trug fortwährend Umschläge um die oder feuchte Läppchen in den Ohren und hatte die Freude, seine neunmonatlichen Anstrengungen mit einem vollkommenen Erfolge gekrönt zu sehen. Das Interesse, welches er an der Methode nahm, und die Dankbarkeit für dieselbe veranlaßten ihn, seine gesammelten Erfahrungen, Beobachtungen und Früchte eines mehrmonatlichen Nachdenkens in einem kleinen Werkchen niederzulegen, welches unter dem Titel „Die Wasserkur

zu Gräfenberg, oder die Kunst, durch Anwendung des kalten Wassers Wärme zu erzeugen," bei Günther in Lissa erschien. — Außerdem empfehlen wir den Lesern die kleine Broschüre von G. Riemann: Ratgeber für Schwerhörige und Ertaubte, Leipzig, L. Fernau's Verlag.

Tauchbäder wurden ehemals in Nervenfiebern und überhaupt solchen fieberhaften Krankheiten, bei denen die Erregung einer kräftigen Reaktion sich notwendig machte, empfohlen und mit gutem Erfolgte angewendet. Das Verfahren bestand darin, daß man den Kranken in ein Leintuch wickelte und mehrmals in eine Wanne mit kaltem Wasser tauchte. Die Wirkung ist jedoch dieselbe wie bei den Uebergießungen; die Anwendung der letzteren jedoch mit weniger Umständen verknüpft und bei einzelnen Krankheiten schon deshalb vorzuziehen, weil man es in der Hand hat, bestimmte Körperteile, bei denen man die kräftigste Reaktion und zugleich Ableitung von anderen Körperteilen wünscht, zuerst zu begießen, somit die Behandlung viel individueller zu gestalten, also dem einzelnen vorliegenden Falle anzupassen.

Trichinenkrankheit. Dieselbe wird erzeugt durch das Vorhandensein von ungeheuren Mengen jener kleinen, spiralförmig zusammen gerollten Würmer in den Muskeln des menschlichen Körpers. Dieselben wandern vom Darme her in die Muskeln ein und besitzen eine große Lebenszähigkeit, indem sie sich unter ungünstigen Verhältnissen einkapseln, und alsdann, von einer Kalkhülle umgeben, der Fäulnis, dem Froste, selbst dem unzureichenden Sieden und dem Räuchern Widerstand leisten. Sobald Trichinen in den menschlichen Körper eingeführt worden sind, entwickelt sich eine Erkrankungsform, die mit Brechdurchfall große Aehnlichkeit hat. Weiterhin tritt Stuhlverstopfung sowie Ziehen und Schmerzen in den Armen und Beinen ein. Das Gesicht, besonders die Augenlider erscheinen aufgedunsen durch wässerige Ansammlungen im Zellgewebe der Haut (infolge gestörter Nierenfunktion); die Muskeln sind äußerst schmerzhaft und der Kranke ist nicht im Stande, sich aufzurichten und seine Gliedmaßen ohne Schmerzen zu bewegen. Da auch die Muskeln des Kehlkopfes, der Speiseröhre und die Atemmuskeln von Trichinen durchbohrt und deshalb entzündet sind, so sind auch Heiserkeit, Schlingbeschwerden und Atemnot vorhanden. Es besteht heftiges Fieber, und wenn nicht die Gelenke frei von Schmerzen wären, würde man die Krankheit für hitzigen Gelenkrheumatismus halten müssen.

Behandlung. In dem Verlaufe der Krankheit, welcher sich zuerst in Durchfällen, sodann (nach allmählicher Unterdrückung der Naturheilkraft durch das Leiden) in Stuhlverstopfung und Affektion der Nieren zeigt, können wir deutlich die Art und Weise erkennen, auf welche die Natur sich gegen die fremden Eindringlinge zu wehren sucht. Da Heilungen der Trichinenkrankheit auf streng arzneilose Weise noch nicht bekannt geworden sind, wohl aber diese Krankheit in den meisten Fällen zu einem qualvollen Ende führt, indem begreiflicherweise mit Einführung der Medizin der Feind im Körper verdoppelte Stärke erhält, so erscheint es von

unserem Standpunkte auch hier als das Einfachste und Sicherste, dem von dem unfehlbaren Leibarzte des Menschen, dem Naturheilbestreben, gegebenen Winke zu folgen, und die sowohl durch den Mastdarm als durch die Nieren und Hautporen anzustrebende entleerende Methode anzuwenden, die Reaktionsfähigkeit des Organismus auf das höchste Maß anzuregen — und dann alles Uebrige der Natur zu überlassen. Es liegt ja auch nahe, daß ein, wenn noch nicht vorhandenes, so eben anzuregendes Fieber, ein Blutfeuerstrom, der durch alle Muskeln des Körpers getrieben wird, die sich selbst von überflüssigen Elementen befreiende Thätigkeit derselben anspannen und unterstützen muß, und daß dann, wenn alle Verdauungswege sorgsamst offen gehalten werden, ein Hinausbefördern der Feinde die weitere Folge des siegreichen Kampfes sein muß. — Die Behandlung wird mithin wie bei nur wenigen Krankheiten (z. B. Cholera) eine durchweg erregende sein: kalte, erregende Kompressen auf die Nieren, kalte Klystiere, erregende Halbbäder, kalte Uebergießungen, erregende Schwitzpackungen und Genuß kalten Wassers — werden die hauptsächlichsten Maßnahmen bilden. Ebenso muß in der Diät, bei welcher hauptsächlich Getränke in Frage kommen, verfahren werden und vergleiche man das Kapitel Diätheilverfahren (erregende Diät).

Das Wichtigste auch bei diesem Leiden ist natürlich die Verhütung desselben. Es kann daher nicht dringend genug vor dem Genusse des rohen Schweinefleisches gewarnt werden, wie er bei manchen Gewerben (Fleischern und Köchinnen) leider üblich ist. Um ganz sicher zu gehen, muß das Fleisch weniger in größeren Stücken als vielmehr in Scheiben mehrere Stunden der Siedehitze ausgesetzt werden. Das einfache Einpökeln oder Räuchern, namentlich die jetzt so beliebte künstliche Schnellräucherung, schützen in keiner Weise. Obgleich eine allgemeine, zwangsweise Fleischschau schon vielfach besteht, so ist dieselbe noch lange nicht überall eingeführt und auch nicht durchführbar; außerdem ist die Untersuchung der Würste, die aus verschiedenen Fleischsorten bestehen nie vollständig maßgebend; man sollte daher, sofern man überhaupt den Genuß des Schweinefleisches nicht aufgeben mag, das einzig sichere Schutzmittel, das anhaltende Sieden oder Braten in kleinen Stücken, anwenden. Alle als Schutzmittel angepriesenen Liköre, Weine oder Tinkturen, sie mögen heißen, wie sie wollen, beruhen auf Spekulation und sind gewissenlose Täuschungen des Publikums.

Thränenfistel. Dieselbe wird, wie die anderen Fisteln (s. d.) behandelt. Hahn erzählt hiervon einen interessanten Fall: „Bei einem Manne von 40 Jahren äußerte sich von scharfen Säften eine Thränenfistel, die schon ziemlich weit gekommen war; auf Anraten bediente er sich fleißig des kalten Wassers, womit er seine Augen öfters wusch, zog solches auch in die Nase, wodurch er den schon verstopften und angegriffenen Nasengang reinigte und eröffnete, sodaß er hierdurch von seinem Leiden befreit wurde." Man beachte aber auch, daß die Thränenfistel meistens keine Krankheit an sich, sondern bereits ein Bestreben der Natur ist, sich

von irgend welchen im Organismus befindlichen Schädlichkeiten zu befreien, und demgemäß eine Allgemein- und zugleich ableitende Behandlung neben Feststellung der möglichen Ursache geboten erscheint.

Tiefsinn, s. Melancholie.

Tobsucht, s. Raserei.

Tollsucht, s. Narrheit und Raserei.

Traufbäder, s. Regenbäder.

Trinken, s. Wassertrinken.

Trinksucht, s. unter Trunkenheit.

Trinkwasser, s. Wasser- und Naturheilverfahren.

Tripper (Blennorrhagie, Blennor-, Gonorrhoe, Harnröhren-Entzündung, Katarrh). Wir verstehen darunter mit Dr. Hermann jene Syphilisanfangsform, deren ausschließlicher Sitz die Schleimhaut ist. Eine Entzündung der Schleimhaut mit Bildung einer schleimigeitrigen Absonderung, die ansteckt, hat der Tripper außer den bei der Syphilis (s. d. A.) angegebenen, noch andere Folgeformen. Bei beiden Geschlechtern tritt er mit Schwellung und Rötung der Harnröhrenschleimhaut auf. Dasselbe gilt von der Scheidenschleimhaut, die überdies noch hervorragende Bälgchen als hirsekorngroße, vereinzelte, rote Körperchen zeigt. Dabei entleert sich der Harn mit einem mehr oder weniger stechenden Schmerze und ein in der Gegend der schiffförmigen Grube der männlichen Harnröhre von außen ausgeübter Druck und ein gleicher an der weiblichen, sowie an der angeschwollenen Scheidenschleimhaut durch den Finger oder den eingeführten Spiegel erzeugt dieselbe schmerzhafte Empfindung, ja die Harnausscheidung oder die Aufrichtungen des männlichen Gliedes sind sogar eigentümlich schmerzend. Freilich können auch alle entzündlichen Erscheinungen fehlen, zumal wenn die Schleimhäute abgestumpft sind.

Nicht zu verwechseln mit dem wahren, ansteckenden Tripper ist der scheinbare, nicht ansteckende. Hierzu rechnet man den gewöhnlichen Scheidenfluß des weiblichen Geschlechts, der als vermehrte normale Absonderung oft nur einige Tage vor und nach der Regel erscheint, nicht selten als Begleiterscheinung allgemeiner Säfteverderbnis, Skrophulose, Blutarmut u. a. Weiter ist zu nennen der Gebärmutterfluß mit zähem, geschmolzenen Glas ähnlichen, durchsichtigen, nicht eitrigen Schleim aus Gebärmutterhöhle und -Wandung; der Gebärmutter- oder Scheidenneubildungen eigentümliche Scheidenausfluß; der Ausfluß bei Eitergeschwürbildung in der männlichen wie weiblichen Harnröhre bez. beim Weib bei der eitrigen Entzündung der Bartholinischen Drüsen; der falsche Tripper bei Blasen-, bez. nur Blasenhalsentzündung z. B. bei Steinbildung; der Abgang eines hellen, durchsichtigen oder gräulichen Schleims bei Gliedaufrichtungen (aus der Vorsteherdrüse) bez. schwerem Stuhlgang (aus den Cowperschen Drüsen) infolge ihrer Schlaffheit und vermehrten Absonderung; und endlich der Fluß einer mehr oder weniger eiterähnlichen Absonderung aus der Harnröhre durch katarrhalische oder auch mechanische Reizung der Schleimhaut der Geschlechtsteile infolge fremder, eingeführter Stoffe oder durch Ein-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

wirkung scharfen, vielleicht durch Genuß geistiger bez. gärender Stoffe erzeugten Harns.

Uebertragung ist natürlich auch hier die häufigste Ursache der Tripperentstehung, wozu allerdings eine vorhandene Anlage das ihrige beiträgt. Die weiblichen Geschlechtsteile sind vor allem der Herd der Entwicklung des Tripperstoffs, der sich vielleicht aus der Ansammlung der natürlichen Absonderung unter Vermengung mit anderen Stoffen, oder durch die entzündliche Reizung der Schleimhäute infolge von Unreinlichkeit oder durch die Bildung eines eitrigen Stoffs, im allgemeinen infolge von Gärung entwickelt. Selbstredend hat auch hier die Wissenschaft einen Bazill gefunden, nämlich den Gonokokkus, auf den als Trippererzeuger mit einem, einer besseren Sache würdigen Eifer gefahndet wird. Betreffs des Verlaufs unterscheidet man akuten und chronischen Tripper, in Bezug auf den Sitz der Erkrankung beim Manne Harnröhren- und Eichel-, beim Weibe Harnröhren-, Scheiden-, Gebärmutter- und Kitzlertripper.

Was endlich die Folgeformen des Trippers anlangt, so sind es einerseits die mit dem Schanker (s. d. A.) gemeinsamen und andererseits besondere. Auch der Bubo (s. d. A.) als entzündliche oder schmerzlose Leistendrüsengeschwulst ist bei Tripper seltener; das Kondylom oder die Feigwarze (s. d. A.) und zwar beim Manne in meist spitzer, beim Weibe in sowohl spitzer wie breiter Gestalt, ferner alle Arten des syphilitischen Hautausschlags, beim weiblichen Geschlecht mehr als beim männlichen, finden sich dagegen häufig und oft zugleich vor. Der Tripper zeitigt aber auch besondere, unmittelbare oder in wenigen Tagen nach seinem nach Medizinbehandlung scheinbaren Erlöschen auftretende Erkrankungen, die ihm einen viel stärkeren, schmerzhafteren, ja sogar die allgemeine Gesundheit mehr angreifenden Charakter aufdrücken. Beim Manne sind dies die Hoden- und Nebenhoden-, Vorsteherdrüsenentzündung und die Harnröhrenverengerung, welch letztere meistens das Erzeugnis der Einspritzungen und Aetzungen seitens der Medizin ist, gerade wie die Hautausschläge nach Kubeben und Kopaivbalsam. Beim Weibe gehört hieher die Entzündung der Bartholinischen Drüsen und bei beiden Geschlechtern der Blasen- bezw. Blasenhalskatarrh, sowie die durch Uebertragung von Trippereiter bewirkte Augenentzündung.

Die Behandlung des einfachen Trippers ist überaus einfach und erfolgsicher. Meist genügt eine strenge Diät (vegetarische Diät), reichliches Wassertrinken und örtliche Umschläge (T-Binden). Man verfährt am besten folgendermaßen: der Kranke meidet alle reizenden, erhitzenden, fetten und blähenden, überhaupt erregenden Speisen und Getränke, enthält sich vollständig des Fleischgenusses und aller alkoholischen Getränke sowie aller derjenigen Speisen, welche irgendwie erregend auf das Geschlechtssystem zu wirken geeignet sind, wie z. B. Petersilie, Zwiebel, 2c. Er genieße ganz leicht verdauliche Speisen, Suppen, Gemüse, viel Wasser-

und Mehlsuppen, viel Obst, überhaupt eine entziehende, möglichst wenig eiweishaltige Diät. Um die Hoden und das Glied, unter Umständen, d. h. wenn die Schmerzen sich in's Mittelfleisch und die Leistengegend ausdehnen, oder wenn Anschwellung der Leistendrüsen besteht, auch um diese Teile, sind ununterbrochen erregende, häufig zu wechselnde Umschläge zu tragen. Nach Befinden, d. h. wenn stärkere Absonderungen sich zeigen, wasche man die betreffenden Teile mit lauem Wasser; oder, wenn der entzündliche Zustand, dessen Herbeiführung ja durch die erregenden Umschläge bezweckt wird — eine zu große, und unangenehme Höhe erreicht, so nehme man halblaue Sitzbäder von 15—30 Minuten. Jeden Abend mache man eine Packung um Unterleib und Kreuz und mache sich Bewegung ohne Ueberanstrengung. Tritt allmälich die Besserung ein, so gehe man von den milden, schonenden Maßnahmen über zu kälteren, abhärtenden, damit in den betreffenden Teilen keine dauernde Schwäche zurückbleibt: man wende also kühlere Sitzbäder, Abreibungen des ganzen Körpers 2c. an.

Bei Frauen leisten die täglich mehrmals zu gebrauchenden Sitzbäder die vortrefflichsten Dienste. Außerdem können erstere ein Stück weiche nasse Leinwand, häufig frisch ausgewaschen, in die Scheide einführen. Vergl. Weibertripper.

Wie bei allen örtlich entzündlichen Krankheiten, so ist auch beim Tripper eine rein örtliche Behandlung mit kaltem Wasser durchaus verkehrt; weil durch den starken Kältereiz der örtliche Heilprozeß gestört und Andrang des unreinen Blutes nach edleren Teilen (z. B. den Augen) hervorgerufen wird. Das Spritzen bildet einen Hauptteil der Kur (vergl. Syphilis) und darf in keinem Falle unterbleiben. Besonders bei sogenanntem versetzten Tripper ist es Hauptsache der Behandlung; doch müssen hierbei die kranken Teile noch stets besonders mit Umschlägen bedeckt bleiben. Vergl. d. Art. Syphilis. Als kritisch bei der naturgemäßen Behandlung des Trippers zeigt sich häufig an der Krone der Eichel und Vorhaut ein Ausschlag, welcher aus kleinen rundlichen weißen Bläschen besteht, welche, nachdem sie aufgeplatzt sind, eine dunkle eiternde, von dem zurücktretenden Häutchen des Bläschens ringförmig eingefaßte Stelle zeigen. Der Ausschlag tritt jedoch erst auf, nachdem das entzündliche Stadium vorüber ist, verursacht nur geringe Beschwerden, und verschwindet mit den übrigen Symptomen des Trippers. — Die infolge falscher Behandlung etwa auftretende Augenentzündung wird durch ableitende, milde Sitzbäder und vegetarische Diät wieder gehoben und verschwindet überhaupt nach dem Auftreten des oben erwähnten kritischen Ausschlages. — Häufig tritt auch während der Behandlung eine derartige Anschwellung der Vorhaut ein, daß dieselbe über die Eichel weder vor- noch zurückgeschoben werden kann, wodurch die bestehende Entzündung sehr gesteigert werden kann. Auch dieses Uebel wird durch die angeführten Wasser- und Diätmaßnahmen bald gehoben. Zu beachten ist jedoch, daß bei Verabreichung der Sitzbäder die Zeugungsteile durch

dichte Lappen, eine Blase oder dergl. vor der direkten Einwirkung des Wassers (sobald dieses kühlere Temperaturen hat) geschützt werden, damit eine zu starke örtliche Reaktion (Rückwirkung des entzündlichen Blutzuflusses) vermieden wird. — Häufig kommt bei der Anwendung der Allgemein-Behandlung ein alter, vor Jahren „geheilter" Tripper wieder zum Durchbruch. Man gebrauche hierbei die Kur ruhig weiter, mildere jedoch die Maßnahmen derart, daß keinerlei kühle Anwendungsformen gebraucht werden. Ist der Tripper noch mit anderen syphilitischen Symptomen verbunden, so wende man die unter Syphilis (s. auch Merkurialsiechtum) angegebene Allgemein-Behandlung an. Vergl. auch Hodengeschwulst und Hodenentzündung. — Ueber den chronischen Tripper s. Nachtripper und Eicheltripper.

Trommelsucht nennt man die höheren (leicht tödlichen) Grade der durch Ansammlung von Winden in dem Darmkanale oder in der Bauchhöhle hervorgerufenen Anschwellung des Unterleibes. Häufig ist sie blos ein Symptom anderweitiger, namentlich typhöser Krankheiten, Verhärtungen der Unterleibseingeweide ꝛc. Die Behandlung muß sich hauptsächlich nach der veranlassenden Ursache richten. Im Ganzen wird sie jedoch dieselbe wie unter Kolik und Blähungen angegeben, sein müssen.

Tropfbäder sind eine Art von Douche, bei welcher durch eine besondere Vorrichtung das Wasser in einzelnen Tropfen auf den leidenden Theil fallen. Es ist dies, wie begreiflich, eine hochgradig erregende Maßnahme, und wird nur in einzelnen Stadien nervöser Lähmungen (z. B. Gesichtsschmerz) bei Ohnmachten, Scheintod (besonders bei neugeborenen Kindern), bei Geschwulsten und Verhärtungen, bei Ablagerungen in den Gelenken, Anwendung finden können.

Trunkenheit und **Trunksucht.** Sowol der Rausch als die Erweckung aus der durch ihn hervorgerufenen Betäubung kann durch das kalte Wasser in Form von kalten Begießungen, Waschungen und Trinken von kaltem Wasser wieder behoben werden, ebenso die Nachwehen desselben, indem man kühle Umschläge um den Kopf macht, reichlich Wasser trinkt und ein kühles Bad nimmt. Es erscheint aber für den Betreffenden immer naturgemäßer, ihn, solange das Bedürfnis des Schlafens vorliegt, eher ausschlafen zu lassen, als mit Gewalt wieder zum Bewußtsein zu bringen. Denn in dem tiefen Schlafe liegt zugleich eine Selbsthilfe der Natur, die beleidigten Nerven auszuruhen. — Die Trunksucht selbst mit ihren Folgen wird durch die energische Durchführung des für Säuferzittern (s. d.) angegebenen Verfahrens behoben.

Typhus s. Nervenfieber.

Uebelkeit. Dieselbe kann von zahllosen anderen Krankheiten herrühren und muß sich die Behandlung nach diesen richten. In den meisten Fällen rührt sie jedoch von Magenleiden aller Art her und man vergleiche daher das unter Erbrechen und gastrischer Zustand Gesagte.

Uebelriechender Atem s. Atem, übelriechender.

Ueberbein. Dasselbe entsteht nach Zerreißung eines Lymphgefäßes durch Erguß und Verhärtung der Lymphe. Wenn es nicht schon zu sehr verhärtet ist, in welchem Falle es auf chirurgische Weise entfernt werden müßte — so erweiche man es durch heiße Wasserdämpfe und drücke und knete es so oft als möglich; trage auch in der freien Zeit einen festgebundenen, in ein feuchtes Läppchen gewickelten Gegenstand auf demselben, damit der Druck ununterbrochen fortbesteht. — Man sorge aber auch außerdem durch fleißige Bewegung, Hautpflege und einige warme Bäder für einen im ganzen Körper angeregten, beschleunigten und hindernisfreien Stoffwechsel, damit die Aufsaugung der örtlich zertheilten Lymphmasse um so eher von statten geht.

Uebergießungen sind in einzelnen Fällen, wo eine plötzliche und kräftige Anregung des Organismus angezeigt ist, besonders bezüglich des Nervensystems, von vortrefflicher Wirkung. Das Verfahren ist sehr einfach und bei den einzelnen Krankheiten angegeben worden. Sie werden zuweilen bei entzündlichen Fiebern, Epilepsie, Krämpfen, Lähmungen ꝛc. angewendet, und zwar in Verbindung mit Halb- und Sitzbädern, Einschlagen in nassen Tüchern ꝛc. Die Temperatur des Wassers richtet sich nicht nach dem vorliegenden Krankheitsfalle, sondern auch nach der Widerstandsfähigkeit und dem Naturheilvermögen des jeweilig in Betracht kommenden Organismus. Im Allgemeinen wird man Lähmungen mit kühleren, andere nervöse Zustände mit wärmeren Temperaturen behandeln; bei hohem Fieber von Hautkrankheiten wird man — weil eben die Uebergießungen in ihrer Nachwirkung eine erhöhte Thätigkeit aller Funktionen des Organismus zur Folge haben, weniger kühl verfahren als bei geringem Fieber, wo erhöhte Thätigkeit gewünscht wird.

Umschläge. Die in der Wasserheilkunde zur Anwendung kommenden Umschläge zerfallen in kühlende (naßkalte, entzündungswidrige) und erwärmende (ausgerungene, entweder beruhigende oder erregende). Sodann werden sie entweder um den ganzen Körper (s. unter Schwitzen) oder auf einzelne Teile gelegt. Die Umschläge spielen beim Wasserheilverfahren eine große Rolle. Näheres vergleiche man in den einzelnen Kapiteln des Wasserheilverfahrens unter: Naturheilverfahren.

Unächte Pocken, s. unter Pocken, unächte.

Unfruchtbarkeit (Sterilität). Mutter, d. h. befruchtet zu werden und Kinder zu gebären, dazu ward das Weib von den Naturgesetzen vorbestimmt. Darum hat jede Frau, die unfruchtbar, kinderlos bleibt, gewissermassen ihren Beruf verfehlt, und das ist nach statistischen Aufstellungen bei 12% der geschlossenen Ehen unsrer Tage der Fall. Betreffs der Ursachen, soweit sie im Manne begründet sind, ist bereits unter Impotenz (s. d. Art.) das nötige gesagt worden, und ist hier nur derjenigen zu gedenken, die in der Frau selbst liegen. Wir müssen dabei äußere, körperliche und innere, seelische Hindernisse unterscheiden. Was die letzteren anlangt, so können sie, eine Begattungs- und Befruchtungsfähigkeit seitens des Weibes vorausgesetzt, in Abneigung gegen

den Mann und den Geschlechtsgenuß überhaupt, in Gleichgiltigkeit, Trägheit, geringem Gattungstrieb u. s. w. bestehen, und das um so mehr, als das Weib an und für sich schon mehr leidend als thätig beim Geschlechtsakte ist. Weiterhin spielen hier auch zu große Nervosität und krampfhafte Erregung der Frau, Ohnmachten während des Beischlafs, nervöse, örtliche, krampfartige Schmerzen in der Scheide und den benachbarten Muskeln (Vaginismus) übertriebener krankhafter Geschlechtstrieb (Nymphomanie, Mutterwut) u. A. m. mit. Bezüglich der ersteren aber ist zu bemerken, daß sie einerseits sich auf organischen oder funktionellen Hemmnissen zur Ausführung einer regelrechten Begattung gründen oder anderseits, bei Nichtvorhandensein dieser, in dauernden oder zeitweisen organischen oder funktionellen Zuständen der inneren Geschlechtsteile liegen, die selbst bei normalem Beischlafe eine Befruchtung verhindern. Aus all diesem aber wird schon klar, daß die weibliche Unfruchtbarkeit nicht sowohl ein besonderes Leiden, als vielmehr eine Folgeerscheinung anderer krankhafter oder regelwidriger Zustände ist; daher werden wir die Ursachen hier in den Geschlechtsteilen, dort in der allgemeinen Körperbeschaffenheit und da im gesamten Seelenleben zu suchen haben. Ein Hauptmoment bildet daher die Unfähigkeit zum Begattungsakte, welche in mangelhafter Ausbildung der äußern Geschlechtsteile, der Scheide, vollständigem Fehlen oder Verschluß derselben durch angeborene Verwachsung, zu festen Jungfernhäutchen, in Geschwülsten, Neubildungen und Krampf- uud schmerzhaftem Zusammenschnüren der Scheide beim Begattungsanfang u. s. w. begründet sein kann. Manchmal jedoch sind die Organe wohl begattungs- aber nicht empfängnis- und befruchtungsfähig. Dies beruht auf organischen, anatomischen und dynamischen Hindernissen und ebenso in der Gebärmutter (gänzlichem Mangel, zu geringer Entwicklung, Schwund, Schrumpfung), wie den Eileitern (Muttertrompeten) und Eierstöcken. Meist aber handelt es sich um Behinderungen in den Wegen zur Gebärmutter bez. zu den Eileitern selbst, die, im normalen Zustand für den männlichen Samen bez. das weibliche Ei durchgängig, dann unwegsam sind. Hierbei kommt Verschluß des Gebärmuttermunds, Enge des Mutterhalskanals, Auflockerung der Schleimhaut und Verstopfung mit zähem glasigen Schleim bei chronischen Katarrhen, Anschoppungen und weißem Fluß in Betracht, und vor allem Knickung d. h. bogenförmige Achsenbiegung der Gebärmutter nach vorn oder hinten. Daß Gewächse oder Geschwülste derselben und ihrer Nachbarschaft das gleiche thun, ist sicher, wird doch dadurch jene gedrückt bez. in der Lage verändert. Wenn wir dann noch die Stellung der Scheide zur Achse des Gebärmutterhalses nennen, so brauchen wir nur noch die krankhaften Veränderungen des Gebärmuttergewebes als die geradezu häufigste Ursache der Unfruchtbarkeit zu gedenken. Das gilt besonders von dem chronischen Katarrh desselben, dem weißen Fluß (s. d. Art.), bei dem die Schleimhaut anschwillt, sich mit Schleim überzieht, so den Gebärmuttereingang und die beiden Eileitermündungen verlegend, ja weiterhin selbst die Schleimhaut der Eileiter

schwellend. Es können aber auch noch entzündliche, entartende, wassersüchtige Eierstocks-, allgemeine Blutkrankheiten (Schärfe des Blutlebens, Blutarmut, Bleichsucht, Blutentmischungen aller Art), ja bereits ein, nicht selten bei Blutarmen mit unvollkommener Menstruation eintretender Blutandrang zu dem sonst ganz gesunden Eierstock eine Eireifung nicht zu stande kommen lassen. Die Folge davon ist, daß sich kein Eichen loslöst bez. zur Gebärmutter wandert, also keine Befruchtung möglich ist. Fettbildung kann ebenfalls darauf hinwirken, denn weil alsdann auch die Eierstöcke stark mit Fett überzogen sind, so wird ein normaler, menstrueller Blutandrang dadurch verhindert.

Hielt man früher das Verhalten der Menstruation für ursächlich bedeutsam bei obigem Leiden, so gilt es jetzt, wie auch richtig, nur als Begleit- bez. Nebenerscheinung. Darum wird die nichtnormale Menstruation nur Nebenerscheinung von Regelwidrigkeiten innerer, wesentlich weiblicher Geschlechtsthätigkeiten sein, und daraus auch ist es zu erklären, warum so oft Menstruationsmängel mit Unfruchtbarkeit zusammentreffen. Nicht jederzeit aber kann selbst das sonst ganz gesunde, geschlechtsreife Weib empfangen. Auch hier hat die Natur bestimmte Grenzen festgesetzt, indem zeitweise Befruchtungsfähigkeit, und infolge dessen gelegentliche Befruchtung, nur bei Lostrennung eines reifen Eies vom Eierstock bez. bei unter der Nebenerscheinung der Menstruation geschehender Einwanderung in den Eileiter seiner Seite und weiter nach der Gebärmutter möglich ist. 4 Wochen genügen also zur Eireifung und die Menstruation bekundet äußerlich, daß die Befruchtung geschehen kann, deren nach Ablauf jener das reife Ei meist in der Gebärmutter, wenn dies nicht bereits auf dem Wege dahin geschehen, durch den männlichen reifen Zeugungsstoff, die Samenfäden, fälschlich Samentierchen genannt, harrt. Befruchtungsmöglichkeit liegt daher vor, wenn die Samentierchen von einem einige Tage vor der Menstruation geschehenen Beischlafe bereits vor Eintritt der sie sonst wegschwemmenden, ja tötenden Gebärmutterblutung zu den Eileitern gelangt sind, da sich kräftige Samentierchen noch längere Zeit im gesunden weiblichen Körper beweglich und somit lebendig erhalten. Mit ziemlicher Sicherheit jedoch findet eine Befruchtung, — regelrechte Zeugungs- und Körperzustände vorausgesetzt, — bald nach aufgehörter Menstruation statt, zumal das nichtbefruchtete Ei in der Gebärmutterhöhle erst binnen 8—14 Tagen abstirbt und verschwindet. Endet damit die Fruchtbarkeit des Weibes für diese Periode, so hebt sie von neuem nach wiederholter Menstruation an, um etwa 2 Wochen zu dauern.

Ergiebt sich schon daraus ein Fingerzeig betreffs der angeblichen Unfruchtbarkeit mancher Ehe, indem zum Beischlaf nicht die geeignete Zeit benutzt wurde, so aus der Betonung der Reife der Samenfäden ein weiterer. Reifer männlicher Samen nämlich kann allein eine Befruchtung herbeiführen, und deshalb ist vor dem jetzt so beliebten Allzuviel des Beischlafs (abgesehen von den daraus entstehenden Gesundheitsschädigungen) nachdrücklichst zu warnen, weil dann nur tote, unreife Samenfäden

entleert werden, also eine Befruchtung nicht einmal möglich ist. Daß es natürlich kein besonderes Mittel gegen die Unfruchtbarkeit giebt, ist klar, zumal die Ursachen so verschiedene sind und meist nur, wie die physischen und mechanischen, durch eine örtliche Untersuchung festgestellt werden könne. Besteht weißer Fluß (s. d. A.), so handle man demgemäß. Ebenso ist Onanie, (s. d. A.) diese zur Zeit so ungemein verbreitete Geschlechtsverirrung, ist weiter ebenso für die fort und fort zunehmende Unfruchtbarkeit verantwortlich zu machen, da die Geschlechtsorgane durch die fast stetige Ueberreizung erschlaffen und es zu Gebärmutterknickungen u. a. m. kommt, gegen welche sich die Thure Brandts Art der Massage sehr bewährt hat. Nervöse und seelische Freude sind in entsprechender Weise zu heben, nie aber, wie das leider so oft geschieht, künstliche Hilfsmittel der Erregung in Anwendung zu bringen, da sie höchst nachteilig sind, ja die Gesundheit des Weibes sowohl, als auch des Mannes geradezu untergraben. Das Gleiche gilt von dem sogenannten unterbrochenen Beischlafe, d. h. einem Beischlafe, bei dem die Auswerfung des männlichen Samens außerhalb des weiblichen Geschlechtsteils geschieht, also der volle Genuß und die volle Befriedigung ausbleibt.

Unterleibsbeschwerden, s. Unterleibskrankheiten. Man vergleiche auch Hämorrhoiden, Gicht, Hypochonderie und Hysterie

Unterleibsdrüsen (Unterleibstuberkulose) **der Kinder.**

Dieselben finden sich häufig bei Kindern, die infolge falscher und deshalb gesundheitswidriger Ernährung an chronischen Durchfällen leiden, bei welchen sehr übelriechende Kotmassen entleert werden, die durch ihre Schärfe die Umgebung des Afters entzündlich röten. Die Haut der Kinder ist welk und faltig, der Unterleib trommelartig aufgetrieben, die Hals- und Leistendrüsen sind geschwollen. — Die Behandlung kann nur in Vermeidung der Ursachen und Aufbesserung der Konstitution bestehen; sie ist im Uebrigen dieselbe wie bei Skropheln.

Unterleibsentzündung. Dieselbe tritt am meisten als Begleiterscheinung einer anderen Krankheit auf. In diesem Falle sind Fieber und heftige Schmerzen im Unterleibe nebst Erbrechen vorhanden. Die Bluttemperatur beträgt 32 ° R., der Puls ist beschleunigt und klein, die Haut trocken und heiß, die Wangen glühen, und es ist brennender Durst vorhanden. Es entstehen heftige, schneidende Schmerzen im Unterleibe, der deshalb nicht die geringste Berührung erlaubt. Der Atem ist kurz und es besteht meist Stuhlverstopfung. Sobald der Patient das Geringste an Speise oder Trank zu sich nimmt, tritt Erbrechen von galligen (grünen) Massen ein. Das Bewußtsein bleibt erhalten. — Behandlung s. Bauchfellentzündung, besonders Darmentzündung; ferner Leberentzündung, Magenentzündung und Nierenentzündung.

Unterleibsbrüche (Leibesschäden). Unter Brüchen versteht man das Austreten eines Eingeweides aus seiner Höhle (z. B. der Bauchhöhle) unter die äußere Haut oder in eine andere Höhle. So können drei

Arten von Brüchen entstehen, indem z. B. das Gehirn von Geburt aus aus der Schädelhöhle, umgeben von einem häutigen Sack, herausgetrieben ist, oder das Herz aus der Brusthöhle. Schlechthin bezeichnet man als Bruch immer nur ein Organ oder ein Organteil des Unterleibes, das aus der Bauchhöhle herausgetreten ist. Am häufigsten kommen Brüche da vor, wo bereits Oeffnungen in der Bauchwand zum Durchgange von Gefäßen und Nerven vorhanden sind. Nach der Gegend, wo, und nach den Oeffnungen, durch welche die Brüche auftreten, werden sie benannt. — Unter Bruchpforte versteht man die Oeffnung, durch welche das Eingeweide heraustritt; da dasselbe das die Bauchhöhle auskleidende Bauchfell vor sich herdrängt, so ist es von dieser inneren Ausstülpung des Bauchfelles, dem sogenannten Bruchsack, umgeben. Den Inhalt desselben bildet das vorgelagerte Eingeweide. Man unterscheidet Leistenbrüche, Schenkel-, Nabel-, Hoden- und Bauchbrüche.

Bei dem Schenkelbruche treten die Eingeweide oder auch das Netz durch den sogenannten Schenkelring nach der inneren Schenkelfläche heraus. Dieselben sind besonders bei Frauen sehr häufig. Die durch den Bauch- oder Leistenring im oberen äußeren Rande der behaarten Spanngegend austretenden Leistenbrüche kommen am meisten beim männlichen Geschlechte vor und senken sich bei mangelnder Hilfe und Pflege in den Hodensack herab bis zu einer Größe, daß sie bisweilen bis zum Knie herunterreichen. Der Nabelbruch wird durch Austritt eines Eingeweides erzeugt und befällt vorzugsweise das Säuglingsalter; beim Scheidenbruch senken sich Eingeweideteile bis in die Scheide herab, indem sie die zwischen Harnblase und Scheide und Gebärmutter oder die zwischen Gebärmutter und Bauchfellfalte befindlichen Eingeweide vor sich herdrängen. Der Bauchbruch entsteht dadurch, daß sich bei dünnen und schwachen Bauchwänden, z. B. infolge von Schwangerschaft oder übermäßigen Wehen, die Muskelfasern auseinanderdrängen und hierdurch eine widernatürliche Oeffnung entsteht, in welche Eingeweideteile hineinsinken. —

Als Gelegenheitsursachen für die Entstehung von Brüchen sind zu bezeichnen: Jede übermäßig heftige Anstrengung, durch welche bei verhaltenem Atem die Eingeweide zusammengepreßt und gewaltsam nach unten gedrückt werden, also beim Tragen und Heben schwerer Lasten, bei starkem Drängen und Drücken des Stuhlganges, beim Gebärakt, infolge von heftigem Erbrechen, durch heftiges, anhaltendes Schreien (besonders bei Säuglingen), — Niesen und Husten. Am gefährlichsten sind die Nabelbrüche bei Kindern, die aber leicht zurückgebracht werden können und bald verheilen. Bei höherem Alter haben dieselben schlimmere Bedeutung wegen oft sehr schnell auftretender brandiger Entzündung des Darmes oder des Bauchfelles, die rasch und oft tödlich verläuft. Diese Zufälle entstehen dadurch, daß ein ausgetretener Eingeweideteil (Bruch) von der Bruchpforte fest eingeschnürt, „eingeklemmt" wird, sodaß der Blutverkehr zwischen dem herausgetretenen Teile und dem übrigen Verdauungsapparate unterbrochen ist, wodurch Brand oder Gewebstod eintritt.

Unter solchen Umständen wird die Zurückbringung des ausgetretenen Teiles äußerst schwierig oder ganz unmöglich, und es tritt, wenn eine operative Hilfe nicht mehr möglich ist, brandige Entzündung und Tod ein. Unter Umständen treten die Kotmassen infolge eines Eiterungsprozesses durch die Hautdecken nach außen, und es bildet sich eine sogenannte Kotfistel. Die Bildung eines Bruches kann langsam und allmählig, oder plötzlich vor sich gehen.

Die Krankheitserscheinungen bei einem eingeklemmtem Bruche sind Schmerz im Unterleibe, besonders an der Bauchstelle, die sich beim Niesen und Husten vermehren. Es besteht unter Umständen Kolik, auf jeden Fall harte Verstopfung nebst Uebelkeit und Erbrechen von Speiseresten, endlich Kotbrechen. Der Leib ist aufgetrieben, es besteht Angst, Unruhe, Fieber, die Beine sind kalt und bei schlimmeren Graden bricht kalter Schweiß aus.

Behandlung s. unter Brüche.

Unterleibskrankheiten. Die Krankheiten der Verdauung und Aussonderung, d. h. der ab- und aussondernden Organe des Unterleibes erfordern sorgsamste Beachtung; denn erstens bilden sie die Ursache zu zahlreichen anderen Uebeln und zweitens sind sie in unserer überfeinerten Zeit so außerordentlich verbreitet, daß fast zwei Dritteile von den chronisch Kranken zu den Unterleibskranken gehören. Es gehören hierher: der gastrische Zustand und das gastrische Fieber, die Schwerverdaulichkeit, der Magenkrampf und das Magendrücken, der Magenschmerz, Sodbrennen, Kolik, Windkolik, Ekel, Erbrechen, Cholerine, Durchfall, Magenruhr, Milchruhr, Leberfluß, Ruhr, Verstopfung und die Krankheiten der Harnorgane. Ferner sind hierzu auch zu rechnen: die Hypochondrie, Hysterie, Hämorrhoiden, Kongestionen, Zahn-, Kopf- und Ohrenschmerz, Verschleimung, Englische Krankheit, Skropheln, Gicht, Augenkrankheiten, weißer Fluß, Pollutionen und Samenfluß, ungeregelte Monatsreinigung, Halsentzündung, Nervenschwäche, gestörter Schlaf, Wassersucht (s. d. A.) und noch zahlreiche andere Krankheiten, welche teils Symptome, teils Folgewirkungen einer gestörten Verdauung sind und infolge derselben fortbestehen und sich verschlimmern.

Man ersieht daraus, daß es sowol für die Gesundwerdung als auch für die Gesunderhaltung des Körpers von größter Wichtigkeit ist, die Organe des Unterleibes in ununterbrochener und streng geregelter Thätigkeit zu erhalten, daß alle diesbezüglichen Störungen auf das Gesamtbefinden ebenso nachteilig wirken, wie eine unterdrückte Hautthätigkeit und daß man daher Unregelmäßigkeiten zu meiden, und bestehende möglichst bald wieder zu heben hat. Eine geeignete, nicht zu trocken gehaltene Diät (bei welcher man hauptsächlich dem gesunden Instinkte

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

folgen und sich nicht allzu ängstlich an bestimmte Vorschriften halten soll) genügt gewöhnlich — mit täglicher körperlicher Bewegung —, um alle diese Organe gesund und kräftig zu erhalten. Dagegen trägt eine verweichlichte, üppige Lebensweise, der Genuß zu warmer, gewürzter oder sonstwie reizender und dauernd erregender Speisen und Getränke, in erster Linie aber der reichliche Gebrauch von Medizin und aller Arten von Magen- und sonstigen Wassern und Pillen dazu bei, diese hochwichtigen Organe zu schwächen und die Heilbarkeit aller Krankheiten zu erschweren.

In manchen Fällen der Unterleibserkrankungen genügt eine geregelte, strenge Diät, einige mäßige Anwendungsformen des Wassers, sowie endlich etwas Massage, um vorhandene Störungen wieder zu beseitigen. Häufig jedoch, und besonders wenn die obengenannten, lange Zeit hindurch bestandenen Versündigungen gegen die Gesundheit bereits eine große Schwäche der Organe herbeigeführt haben, — macht sich ein mehr eingreifendes und längere Zeit andauerndes Verfahren nötig. Alle genannten Krankheiten zeigen dann die Krisis (Wendung zum Bessern) an durch Schweiße, Durchfälle, Erbrechen, Ausschläge, Geschwüre und sonstige Ausscheidungen, welche oft einen stürmischen Verlauf nehmen.

Es ist zu beachten, daß bei allen Erkrankungen der Unterleibsorgane die Wasserkur allein niemals den gewünschten endgiltigen Erfolg herbeiführen kann; es muß dies hauptsächlich durch eine regelmäßige, einfache, strenge, der Eigenart und dem Kräftezustande des Kranken genau angepaßte Diät erstrebt werden. Spezielle Vorschriften sind bei den einzelnen Krankheiten angeführt; auch vergleiche man den Abschnitt: Diätheilverfahren. Hier seien jedoch noch folgende allgemeine Regeln gegeben: Im Allgemeinen sollen alle reizenden, blähenden, sauren, zu fetten, schwerverdaulichen und erschlaffenden Dinge vermieden werden; auch ist es vorteilhaft, die Speisen mehr kühl als warm zu genießen; es kommt jedoch ganz darauf an, mit was für einem Körper, und zu welcher Jahreszeit man es mit diesem Körper zu thun hat. Einer blutarmen Person, welche beständig friert, werden wir im Winter nicht zumuten, kalte Speisen zu genießen; andererseits aber werden wir einem vollblütigen Kranken es im Sommer zur Pflicht machen, Tage und Wochen lang nichts Warmes zu essen, sondern seinen Verdauungsapparat mit kalten Speisen und Getränken (Obst, Milch, Honig ꝛc.) wieder zu repariren. Das heiße Essen oder Trinken werden wir selbstredend sofort jedem Kranken untersagen. Der Genuß der Milch richtet sich nach den persönlichen Gewohnheiten (s. d. Art. Magenleiden). — Bezüglich der Menge der aufzunehmenden Speisen befolge der Unterleibsleidende folgende Regeln: Er möge nie so viel essen, daß er sich nach einer Mahlzeit irgendwie belästigt fühlt, mag dies Gefühl nun in Vollheit und Drücken im Unterleibe, oder in Kongestionen oder aber in geistiger Misstimmung sich zeigen. Er esse immer weniger, bis er jenen Grad der Speisemenge erreicht hat, bei und nach welchem er sich frei und wol fühlt; dafür esse er dann öfter am Tage als bisher, trage überhaupt immer etwas gebackenes Obst, Bisquit und

dergl. mit sich herum, um, sobald etwas Appetit sich zeigt, denselben sogleich befriedigen zu können. — Dieser Rat gilt jedoch wieder nur für Diejenigen, welche infolge ihrer Verdauungsschwäche mit den gesamten Körperkräften arg heruntergekommen sind; andere Personen mögen es an sich selbst erkennen, welch eine wohlthätige naturgemäße Verordnung das Hungern ist. Hat dann Jemand einmal das richtige Maß dessen, was er vertragen kann, erreicht, so richte er sich streng darnach und vermehre dasselbe erst dann in vorsichtiger Weise, wenn sein Zustand wieder ein besserer wird.

Eine der häufigsten Ursachen von anhaltenden Verdauungsstörungen und andauernden Erkrankungen des Unterleibes ist die immer allgemeiner werdende Gewohnheit, dem Magen die Pflicht der Zähne anzuweisen und dadurch die erforderliche Einspeichelung der Speisen unmöglich zu machen oder aber Speichel und Magensaft durch übermäßiges Trinken *während* des Essens in einem Maße zu verdünnen, welches eine rasche und gesunde Verdauung unmöglicht macht. Die großen Dienste, welche der Mundspeichel im tierischen Haushalte unseres Körpers verrichtet, sind vielen nicht genügend bekannt oder werden deshalb unterschätzt.

Die hauptsächlichste Ursache jedoch von Störungen der Verdauungsthätigkeit ist der bei uns bräuchliche Genuß geistiger Getränke. Die übermäßige Einverleibung derselben bringt *Keinem*; den Arzt ausgenommen, irgend welchen Nutzen. Die Rabbiner scheinen Recht zu haben, wenn sie berichten, daß die erste angepflanzte Rebe mit dem Blute eines Lammes, eines Löwen und eines Schweines gedüngt wurde, woher es kommen soll, daß der, welcher *einen* Becher trinkt, froh und unschuldig ist wie ein Lamm; der, welcher *zwei* trinkt, sich mutig und stark fühlt wie ein Löwe; und der, welcher *drei* oder *vier* trinkt, sich im Schlamme wälzt wie ein Schwein. Wol giebt es tausenderlei soziale Anlässe, welche zum Genusse dieses oder jenes Genußmittels und insonderheit zum Genusse geistiger Getränke auffordern, oder bei den Gewohnheitstrinkern können alle äußeren Anlässe fehlen, da bei ihm der Genuß geistiger Getränke bereits zum physiologischen Bedürfnisse wird, indem seine Natur sich in völlige Unnatur verkehrt und er den Genuß von Wasser förmlich verabscheut. Und es ist eine bittere Ironie, daß der übermäßige Genuß von geistigen Getränken und der damit verbundene, bis zur förmlichen *Scheu* vor Wasser sich steigernde Widerwille gegen den Genuß von Wasser, schließlich in Wassersucht umschlägt. Neigung zum Schlagfluß, Gicht, (Podagra), Herz-, Leber- und Nierenleiden sind die schweren Störungen in der Organisation des menschlichen Körpers, zu denen in der bei weitem großen Mehrzahl von Fällen die Völlerei im Trinken führt.

Aehnlich steht es mit dem Genusse von Arzneien, und seien dieselben auch als noch so unschuldig gepriesen. Sowol die aus dem Mineralreiche stammenden, pflanzlichen und tierischen Gifte können, wenn sie längere Zeit gebraucht werden, durch ihren Uebertritt in das Blut dieses auf lange Zeit hinaus derart umändern, daß die Ernährung des gesammten Or-

ganismus untergraben, der Körper also chronisch vergiftet wird. Diese Wirkungen der Gifte sind teils unmittelbar, teils sind sie erst die Folge der durch die Einwirkung des Giftes veränderten Nahrung des Körpers. Jene Wirkungen sind teils allgemeiner Natur, meist gehen sie bei Einwirkung chronisch wirkender Gifte allmälig in Blutarmut oder in wassersüchtige Entartung über. In unserem Falle (übermäßiger Genuß geistiger Getränke) zeigt sich eine erdfahle Hautfarbe, und diese schmutzig-graugelblich gefärbte Haut ist fettig, weich und gedunsen oder aber rauh und spröde ꝛc. (s. d. Art. Vergiftungen). —

Man vermeide aber auch Verdauungsstörungen aller Art, Exzesse im Genusse des Wassers; man trinke nicht zu viel und selbst gegen den Appetit, und suche nicht mit Gewalt Brechneigung durch Wassertrinken herbeizuführen. Man mache sich außerdem viel Körperbewegung und suche heitere Gesellschaft. Man vermeide geistige Anstrengungen; und der Genuß der physischen Liebe ist denen verboten, welche ihn bisher über ihre Kräfte ausübten, aber denen empfohlen, welche bisher zu enthaltsam sich hielten. Man gebe das Rauchen auf oder rauche doch weniger.

Bei der großen Verschiedenheit der einzelnen Leiden lassen sich weitere genauere Vorschriften nicht geben; man schlage die einzelnen Artikel nach. Die Behandlung muß eine kräftigende, allgemeine umstimmende (s. Naturheilverfahren) sein und dürfte bei Unterleibsbeschwerden, welche sich nicht durch eine besondere Krankheit charakterisiren, ungefähr Folgendes nötig machen: Der Kranke trage andauernd einen ausgerungenen, mit einem wollenen Tuche bedeckten Umschlag um den Unterleib. Dieser Umschlag hält die Unterleibsorgane in einem ununterbrochenen Dampfbade, erweicht Festsetzungen und regt dadurch die örtlichen Funktionen an; 2—3 Mal am Tage nehme man eine örtliche kalte Waschung vor, und ein Mal täglich eine kühle Abreibung des ganzen Körpers, welcher bei sonst blutarmen Personen eine warme Bekleidung folgen muß. Es ist nach Befinden auch einen Tag um den andern ein Sitzbad zu nehmen. Je schwächer der Kranke ist, desto schwächer muß auch die Kur sein. Die letztere muß dann bezüglich der Menge bedeutend verringert, bezüglich des Nährwertes auf das Genaueste zusammengestellt sein. Gleich nach Tische vermeide man starke Bewegung; man ruhe liegend etwas aus, doch vermeide man das Schlafen.

Unterleibsschmerzen hebt man durch erregende Umschläge (s. d. vorigen Art.)

Unvermögen, männliches, s. Impotenz.

Unwillkürlicher Harnabgang (Unvermögen, den Harn zu halten) s. Harnabgang, unwillkürlicher.

Varicellen s. Pocken, unächte.

Varicose, s. Blutaderknoten.

Varioliden. Mit diesem Namen bezeichnet man diejenige Form der Pocken, welche bei einer Person ausbricht, die bereits die Kuhpocken oder die ächten Pocken durchgemacht hatte. Die Varioliden haben fast

dieselbe Form der anderen genannten Pocken, doch ist der Verlauf der Krankheit vielseitig anders als bei jenen. — Das Fieber ist meist sehr heftig; es besteht Eingenommenheit des Kopfes, starker Schmerz im Kreuze, die Zunge ist belegt. Nach 1—5 Tagen entsteht auf der ganzen Haut eine flammende Röte und die Pocken kommen zum Durchbruch, was sich oft mehrere Tage hinzieht. Der Ausbruch beginnt manchmal an verschiedenen Körperteilen zugleich, manchmal erst an den Extremitäten, durchaus nicht immer zuerst im Gesicht. Die Blattern zeigen, wie die ächten, in der Mitte ein Grübchen, werden nach einigen Tagen trüb, trocknen nach 4 Tagen und schuppen sich ab.

Die Behandlung, sowol was das Wasser- als das Diätheilverfahren betrifft ist genau dieselbe wie bei den ächten Pocken (s. d.) Man lasse sich in der konsequenten Durchführung der Behandlung nicht beirren, wenn nach den ersten Packungen nicht sofort Erleichterung eintritt. Diese innere Erleichterung wird erst dann für den Kranken eintreten, wenn die Blattern voll zur Entwicklung gelangt, mithin die inneren Organe von dem angesammelten Krankheitsstoffe entlastet sind, was gewöhnlich erst am 3. oder 4. Tage geschieht. Man kann auch in den ersten Tagen statt der feuchten Einwicklungen kühle Abwaschungen vornehmen und den Patienten nach Bedürfnis viel Wasser trinken lassen.

Veitstanz. (Neurose). Der Veitstanz ist eine Erkrankung der Bewegungsnerven, durch welche unwillkürliche, krampfhafte Bewegungen in einzelnen Muskelgruppen entstehen. Die Entwicklung des Leidens findet allmälig statt. Vorboten desselben bestehen in: Mattigkeit, Gereiztheit, und Verdauungsstörungen; es zeigen sich unsichere Bewegungen (der Kranke greift hastig zu und läßt leicht etwas fallen); ferner Zuckungen in den Händen und den Gesichtsmuskeln, weiterhin auch in anderen Muskelgruppen; die Augenbrauen werden oft gerunzelt, die Gesichtsmuskeln (Augenlider, Lippen ꝛc.) sind in steter Bewegung. Der Veitstanz ist beim weiblichen Geschlechte häufiger als beim männlichen. — Seine Ursache sind: zu schnelles Wachstum, Wurmreiz, Gemütsbewegungen, Onanie, Frühreife, geistige Ueberanstrengung, Ueberreizung der Phantasie und Erblichkeit.

Die Behandlung muß hauptsächlich eine vorbeugende sein. Hauptbedingungen sind: Vermeidung geistiger Ueberanstrengungen, genügende Körperbewegung im Freien, methodische Wasserbehandlung, Ausbildung der Muskelkräfte. Außerdem muß, wenn als Ursache sich Onanie ergeben sollte, diese mit aller Strenge bekämpft werden (s. d.). Im Uebrigen ist die Behandlung dieselbe wie bei Nervenkrankheiten überhaupt. Die Naturheilmethode kennt in ihrer Behandlung keine diagnostischen Feinheiten; sie stärkt und belebt den Körper dort, wo ein großes Defizit in seiner Betriebskasse entstanden ist, und überläßt alles Weitere — und mit Recht! — der Natur.

Venenknoten, Venenbruch s. Blutadergeschwülste.

Venerische Krankheit s. Syphilis.

Verbrennung der Haut. Hierbei kommt vor allen Dingen der Grad und die Ausdehnung in Betracht. Man unterscheidet 3 Grade der Verbrennung; und was die Ausdehnung anbelangt, so hat die Erfahrung gelehrt, daß wenn zwei Drittel der Körperoberfläche auch nur eine Verbrennung ersten Grades erlitten haben, der Tod, und zwar in sehr kurzer Zeit erfolgt. — Beim ersten Grade der Verbrennung ist die Haut gerötet und schmerzhaft geschwollen, und es folgt nachträglich, jedoch nicht immer eine Abschuppung der Haut. Beim zweiten Grade der Verbrennung erhebt sich die Oberhaut in Blasen, welche eine kleine seröse Flüssigkeit (Blutwasser) enthalten; nach Eröffnung der Blase und zwar ohne daß man die Haut der Blase entfernt, bildet sich schnell eine neue Hornschicht ohne Eiterung. Ist Eiterung vorhanden, so tritt eine Verschorfung ein und unter dieser eine Neubildung der Oberhaut. Beim dritten Grade der Verbrennung ist nicht blos die Haut, sondern es sind auch die tiefer gelegenen Weichteile zerstört, und es hat sich ein dicker Brandschorf gebildet; nach der Abstoßung desselben heilt die geschwürige Fläche in der gewöhnlichen Weise, läßt jedoch starke Narben zurück. Alle ausgedehnten Eiterungen erschöpfen sehr schnell.

Behandlung. Bei geringeren Graden einer Verbrennung sorge man dafür, möglichst schnell einen Abschluß derselben von der atmosphärischen Luft herzustellen. Man erreicht dies am besten, wenn man Eiweiß auf die Stelle streicht und dies noch 5—10 Mal, so oft, als sich noch Schmerzen zeigen, wiederholt. Das Eiweis bildet, da es gleich antrocknet, einen festen Verband, die Schmerzen lassen in kaum einer Minute nach und hören in kürzester Zeit vollständig auf. — Bei höheren Graden giebt es kein besseres und sicheres Hilfsmittel als das kalte Wasser, dessen Kälte noch durch Schnee und Eis erhöht werden kann. Nichts lindert die heftigen Schmerzen so sehr und beugt allerlei Folgenwirkungen vor als ununterbrochene Anwendung von kaltem Wassers. Obgleich diese Erfahrung schon sehr alt ist, und z. B. von Hahnemann heftig bekämpft wurde, wurde sie doch erst nach der Schrift des Prof. Dzondi allgemein als allein richtig anerkannt.

Die Anwendung des Wassers ist ganz einfach. Man bewegt den verbrannten Theil, bei größerem Umfange der Verbrennung baldigst den ganzen Körper in kaltem Wasser und wechselt dasselbe so oft, als es warm wird und der Kranke wieder Schmerzen empfindet. Nur sind leider heutigen Tags die Verhältnisse des Volkes derart, daß Badewannen noch wenig zu finden sind, und sobald ein Unglück passirt, es am Notwendigsten fehlt. In diesem Falle lege man den Kranken sofort entkleidet auf eine Decke auf die Erde und thue triefend nasse Leintücher auf die verbrannten Stellen; oder, wenn dies schon nicht mehr vertragen wird, begieße man ihn ununterbrochen, bis irgend eine Waschwanne aus der Nachbarschaft herbeigebracht ist, und derselbe wenigstens Teilbäder zu nehmen vermag. Je nach der Höhe des Grades muß der kranke Theil bis zu mehreren Stunden unter Wasser bleiben. — Tritt Fieber ein, so mache man Einhüllungen

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

mit nassen Leintüchern, in welche man den Kranken, sofern es der örtliche Prozeß erlaubt, ununterbrochen, bei häufigem Wechsel der Tücher liegen läßt. Die Kost muß selbstredend alle erregenden, oder sonstwie reizenden Speisen und Getränke ausschließen, sie muß vegetarisch und durchweg kühl sein.

In denjenigen Fällen, bei denen durch die Verbrennung ganze Hautpartieen zerstört sind, thut man gut, die Anwendung des Wassers nicht in den kältesten Graden zu gebrauchen, weil andernfalls die Reaktion nach der Haut eine zu starke sein und somit das Befinden sich noch verschlechtern würde. Entweder der Kranke bleibt ununterbrochen in einem mäßig kühlen Bade oder man mache fortwährend gewechselte Umschläge, wobei man die schwer verbrannten Stellen erst mit Charpie oder einem feinen Leinenläppchen belegen mag, um die Wunde nicht zu reizen. Bezüglich der Temperatur des Wassers muß noch bemerkt werden, daß die Umschläge eine viel kältere Temperatur haben können als die Bäder, da die Beeinflussung ja eine beschränktere ist als diejenige des Bades. — Besteht die Verbrennung schon längere Zeit und vollzieht sich die Heilung und langsam, so wende man von Zeit zu Zeit erregende Kompressen auf benachbarte Teile an, um eine kräftige Reaktion zu erzeugen. (Vergl. Geschwüre). Von diesbezüglichen Schriften empfehlen wir noch: Dr. Dzondi: „Ueber Verbrennungen und das einzig sichere Mittel, sie in jedem Grade schnell und schmerzlos zu heilen". (Halle.) Ferner: Faller, die Wasserkur bei Wunden, Brandwunden und Verletzungen. Leipzig, L. Fernau.

Verbrühungen s. vor. Art.

Verdauungsschwäche und andere Krankheiten der Verdauungsorgane, s. Unterleibskrankheiten und die unter denselben aufgezählten speziellen Krankheiten, besonders gastrischer Zustand.

Verdickungen der Haut, s. Warzen und Hühneraugen.

Verdrehung s. Verstauchung.

Vergiftungen. Alle diejenigen Stoffe, welche geeignet sind, nach ihrer Einführung in einen tierischen Körper die Gesundheit oder das Leben dieses Körpers zu gefährden, sind Gifte, gleichviel ob sie durch den Magen, Darm, Scheide, Lunge, Haut oder Blut (bei Wunden) eindringen, welch letztere Art als Blutvergiftung bekannt ist. Wenn die Medizin und die Apothekerwissenschaft die Gifte gewöhnlich in heftig wirkende und stark wirkende einteilen, so begehen sie damit einen Betrug, indem sie die nicht dahingehörigen Stoffe als unschädlich für den Körper hinstellen, die es doch nichts weniger als das sind. Ja, es giebt eine Menge von Stoffen, die zwar nicht gut als eigentliche Gifte gelten können und doch unter Umständen, namentlich, wenn sie in größerer Menge genossen werden, entschieden giftig, wenn nicht tödlich wirken. Das gilt vor allem von den Arzneimitteln, von denen sogar Prof. Dr. Schmiedeberg sagte: „die chemischen Agentien (wirkenden Mittel), mit denen es die Pharmakologie (Arzneimittellehre) zu thun hat, können schlechtweg Gifte genannt werden. Der populäre Begriff dieses Wortes, der die Schädlich-

keit umfaßt, wird durch eine derartige Erweiterung nicht beeinträchtigt, da es wenige wirksame Substanzen giebt, die nicht gelegentlich für den Menschen schädlich werden." Indem wir weiter auf die Artikel Arznei- bez. Quecksilbersiechtum verweisen, empfehlen wir zur weitern Orientierung den augenöffnenden „Rezeptschlüssel", Leipzig, Th. Griebens Verlag (L. Fernau).

Kann man im allgemeinen scharfe ätzende, d. h. durch Berührung mit dem lebenden Körper eine Zerstörung des organischen Stoffs zur Folge habende, und lähmende, betäubende, d. h. durch Aufnahme ins Blut die Lebensprozesse hemmende und desorganisirend wirkende und damit den Fortbestand des Lebens unmöglich machende Gifte unterscheiden, so ist doch stets Grundbedingung zum Eintritt einer Vergiftung, daß der betr. Stoff entweder bereits gelöst oder im Magen u. s. w. löslich wird. Schon hieraus ergiebt sich die Behandlung, die als erstes die Entfernung des Giftes, sofern sie nicht von selbst als Hausrechtsgebrauch der Natur durch Brechen oder Durchfall vor sich geht, anstreben muß, gilt es doch den örtlichen Einwirkungen auf die Magendarmschleimhaut sowohl, als auch den erst nach Aufnahme des Giftes in die Säftemasse eintretenden allgemeinen Erscheinungen vorzubeugen. Zur Unterstützung des Brechens verwende man lauwarmes Wasser, dem man auch etwas Butter noch zusetzen kann, in Verbindung mit Reizen des Schlundes durch Feder oder Finger. Dabei suche man Stuhlgang herbeizuführen und ihn, wenn schon vorhanden, ebenfalls zu unterstützen, was am besten durch lauwarme Klystiere erreicht wird. Auch versäume man nicht einhüllende, schleimige Getränke zu geben, wie Milch, Haferschleim, um die Reizung des Magens und Darmkanals zu beseitigen. Oefters kleine, kühle Klystiere von reinem Wasser erweisen sich auch als aufsaugend nützlich. Ein baldiges Dampfbad mit folgender erregender 20—22 ° R. Ganzpackung bez. Bettdampfbäder bis zum Schweißerguß und in Anschluß daran ein 24—26 ° R. Bad sind fortgesetzt anzuraten. Daß außerdem ein erregender Leibumschlag, sowie kräftige nasse und trockene Abreibung des Körpers in Verbindung mit Bauchmassage, besonders der Magengegend nicht zu unterlassen, ist klar. Sind endlich die Kolikschmerzen arg, so dürften sich heiße Umschläge auf den Leib als schmerzstillend auch bewähren.

Man bediene sich jedoch nie eines aus der Apotheke entnommenen Brech- bez. Abführmittels, da dieselben ja auch heftige Gifte sind und so die Vergiftung nur noch steigern, statt mildern. Dasselbe gilt von den sogenannten Gegengiften, die mit den Giften weniger giftige Verbindungen eingehen, denn ganz abgesehen davon, daß es für viele Gifte noch keine Gegengifte giebt, ist ja der menschliche Magen, wie Prof. Virchow vor einigen Jahren bei Gelegenheit einer vorgekommenen Vergiftung sehr treffend bemerkte, kein chemisches Laboratorium! Doch angenommen, der Magen wäre es, so wäre, wo es Mittel giebt, um derartige weniger giftige Verbindungen herzustellen, das Gegengift, wie es der Name schon sagt, selbst giftig und es dürfte eben nur genau soviel

von demselben zur Ausgleichung in den Körper gebracht werden, als schon darin vorhanden ist. Ein Mehr von Gegengift aber würde folgerichtig zwar die Wirkung des schon vorhandenen Giftes beheben, zugleich jedoch ein neues Gift, nämlich den Ueberschuß des Gegengiftes, in den Körper bringen, und ein Weniger andrerseits nur einen Teil des schon vorhandenen Giftes unschädlich machen, den Rest aber weiter wirken lassen. Wer aber kann jedesmal wissen, wie viel Gift im Körper und demnach Gegengift anzuwenden ist?

Da manche Gifte ganz vornehmlich Atmung und Herzthätigkeit rasch lähmen, so achte man ja genau auf diese beiden und schreite wenn sie nachlassen bez. gar stocken, ja ganz ausbleiben, ohne Verzug zur Vornahme der künstlichen Atmung. Nachdem rasch der Oberkörper des Vergifteten entkleidet, etwa beengende Halstücher oder Binden, Leibriemen und bei dem weiblichen Geschlecht Korsett und Rock-, Hosen- und Strumpfenbänder, ein etwaiges falsches Gebiß entfernt worden — was übrigens gleich anfangs jeder Vergiftung geschehen muß — läßt man die Zunge des Vergifteten an ihrer Spitze mit Daumen und Zeigefinger aus dem Munde hervorziehen und so festhalten oder auch mittelst eines Tuches auf dem Kinn festbinden. Die Zunge ist nämlich bei Bewußtlosen, die sich in Rückenlage befinden, immer geneigt, nach rückwärts auf den Eingang zum Kehlkopf zu sinken, wodurch schon allein der Zutritt der Luft zu den Lungen gehemmt wird. Nun ergreift man nach Sylvesters Methode, hinter dem auf den Rücken liegenden Vergifteten stehend, beide Arme in der Mitte des Unterarms, zieht diese über den Kopf und etwas nach unten, hält sie etwa 2 Sekunden aufwärts gestreckt und drückt sie dann wieder an die Seitenwände des Körpers an. Dies thue man etwa 10 Mal in der Minute. Die Herzthätigkeit und den Blutumlauf rege man gleichzeitig durch Reiben des ganzen Körpers und besonders der Beine und des Rumpfes, namentlich aber der Herzgegend, durch Bürsten an, die in kaltes Wasser getaucht sind. Eine triefend nasse, sobald warm, zu wechselnde kalte Kompresse auf die Herzgegend und am Hals auf die Drosselschlagadern ist auch nie wegzulassen. Nicht etwa eine $^1/_2$, sondern 1, ja 2—3 Stunden setze man diese Maßnahmen fort, denn oft gelingt es erst nach diesen Zeiträumen eine selbständige Atmung und deutlichen Herzschlag auszulösen. Hat man dies aber erreicht, so lohnt sich die sehr aufregende Arbeit, bei der oft nach des Dichters Wort: von der Stirne heiß, rinnen muß der Schweiß, durch sich selbst, war aber eine Rettung unmöglich, so tröstet das Bewußtsein der erfüllten Nächstenpflicht.

Da es unmöglich ist, alle die Gifte mit ihren Wirkungen aufzuzählen, so wollen wir hier wegen Raummangel nur die bekanntesten und verbreitesten behandeln, und betreffs der übrigen auf das allgemein über Vergiftungen Gesagte, sowie auf den Artikel Unterleibskrankheiten verweisen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Alkoholvergiftung (Alkoholismus). Dieselbe kommt hauptsächlich durch den Genuß starker geistiger Getränke zu Stande. Die Wirkungen des Alkohols sind teils örtliche, teils allgemeine. Durch den Genuß reichlicher starker alkoholhaltiger Getränke nämlich entstehen Reizungszustände der Schleimhäute in den Verdauungswegen; z. B. Rachen- und Magendarmkatarrh; ebenso katarrhalische Affektionen der Nieren, durch welche ein Teil des Alkohols ausgeschieden wird. Andererseits zeigen sich als Allgemeinwirkungen andauernde Blutüberfüllungen im Gehirn, den Lungen ꝛc. nebst Veränderungen der Leibersubstanz (Fettleber, Leberverhärtung) ferner Entartung der Blutgefäßwände, Herzverfettung, Bronchialkatarrhe, und überhaupt jener Zustand von Entmischung der Säfte, welche man als Säuferdyskrasie bezeichnet.

Die akute Form der Alkoholvergiftung wird in ihren niederen Graden „Rausch" genannt, welcher Benommenheit, Abstumpfung der Empfindung, Sinnlosigkeit, unsicheren taumelnden Gang, Schwindel und Schläfrigkeit hervorruft, ein Zustand, welcher durch den Schlaf schwindet, aber beim Erwachen ein wüstes Gefühl im Kopfe und häufig auch Uebelkeit (sog. Katzenjammer) zurückläßt. Bei höheren Graden des Rausches schwindet das Bewußtsein vollständig. Der Berauschte atmet langsam und schnarchend, das Gesicht ist entweder stark gerötet oder gedunsen und blaß, der Puls verlangsamt und klein, und es kann in diesem Zustande der Tod durch Hirnschlag oder Herzlähmung erfolgen. In manchen Fällen unterscheidet sich ein schwer Berauschter von einem vom Schlage Getroffenen nur durch den Geruch des Atems nach Spirituosen.

Als Folge der chronischen Vergiftung mit Alkohol tritt bei Gewohnheitstrinkern der Säuferwahnsinn auf (Delirium tremens), bestehend in Störungen des Seelen- und Nervenlebens und der allgemeinen Ernährung. Dieser Zustand tritt nicht blos bisweilen nach Exzessen im Trinken oder nach heftigen Gemütsbewegungen oder nach hitzigen Erkrankungen, welche den allgemeinen Ernährungszustand herunterbringen, auf, sondern auch dann, wenn dem Gewohnheitstrinker die geistigen Getränke plötzlich entzogen werden. Unruhiger Schlaf, Gereiztheit, gehen dem Anfall gewöhnlich voraus. Der Anfall selbst erzeugt Schwatzhaftigkeit und fixe Ideen. Der Kranke ist unruhig und schlaflos, und sieht beständig Gestalten von Menschen oder besonders auch von kleinen Tieren. Er ist ängstlich und furchtsam, Hände und Füße zittern und die Unruhe treibt ihn aus dem Bett. Wenn dieser Zustand vorüber ist, hat der Kranke keine Erinnerung über das Vorgefallene. Unter Phantasieren und Zuckungen in den Sehnen (Sehnenhüpfen) kann jedoch auch der Tod eintreten.

Der an chronischer Alkoholvergiftung Leidende (Säuferdyskrasie) hat gewöhnlich ein gedunsenes Aussehen, seine Hände zittern, so bald er noch nicht sein gewöhnliches Maß von geistigen Getränken zu sich genommen hat. Der Schlaf ist unruhig und voller Träume. Es tritt eine Scheu, besonders vor geistiger Arbeit, auf und große Reizbarkeit. Am Morgen

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

werden nicht selten wässrige, schleimige Massen erbrochen (Säuferkolik). Bisweilen stellt sich ein Anfall von Säuferwahnsinn ein.

Behandlung. Die leichteren Grade der Vergiftung, die Erscheinungen des gewöhnlichen Rausches, heilt bekanntlich der Schlaf, die Nachwehen in Gestalt der Kopfschmerzen Bewegung in frischer Luft, Eßlustmangel und die übrigen Erscheinungen des hitzigen Magendarmkatarrhs bei vollständigem Fasten. Wasser ist dagegen bei Bedürfnis, aber nur schluckweise zu trinken. Ist die Trunkenheit sehr stark, so ist für Entfernung des Alkohols aus Magen und Darm durch Brechen bez. Stuhlgang zu sorgen, um den Kopf fleißig zu wechselnde kalte Umschläge zu machen, desgleichen kühle auf den Magen, weiter die Fenster weit zu öffnen und bei drohender Erlahmung der Atmung diese durch kalte Uebergießung oder endlich künstliche Atmung anzuregen. Indem wir die Behandlung der chronischen Vergiftung, des Alkoholismus, auf die Artikel Säuferwahnsinn, Säuferzittern verweisen, fügen wir nur noch an, daß selbst auf die Gefahr des Ausbruchs des Deliriums eine völlige, plötzliche Entziehung, keine allmählige, anzuraten. Eine kräftig anregende Hautpflege, fleißige Bewegung und körperliche Beschäftigung in frischer Luft werden das ihrige thun. Hahn sagt darüber: „Ich erlebte so die Heilung eines Säufers, bei dem in der kritischen Periode der Kur reichliche Ausdunstung und Schweiße von so ausgeprägtem Fuselgeruche eintraten, daß die Mitkurgäste des Kranken aus Furcht vor dessen Gestanke das Kurhaus verließen und sich anderweitig Logis zur Fortsetzung ihrer Kur suchten." Nicht zu vergessen ist eine reizlose Diät. Inbezug auf letztere teilte sogar Dr. Napier im Journal of Imbriety 1884 mit, daß Makkaroni, Bohnen, getrocknete Erbsen und Linsen das Verlangen nach Alkohol in merklicher Weise unterdrückten und diese Diät bei Behandlung von Alkoholismus jeder andern vorzuziehen sei.

Arsenikvergiftung. Dieselbe kann durch arsenikhaltige Tapeten, künstliche Blumen oder Kleidungsstücke und auf anderweitige Weise herbeigeführt werden, z. B. durch Arsenikdämpfe und durch zu starke Gabe arsenikhaltiger Arzneien. Den Arsenikgehalt der obengenannten Stoffe erkennt man daran, daß sich beim starken Erhitzen oder Verbrennen einzelner Teile ein stark knoblauchartiger Geruch entwickelt.

Eine chronische Vergiftung mit Arsenik ruft gewöhnlich eine Entzündung der Augenbindehaut hervor, zu welcher sich weiterhin Verdauungsbeschwerden, Uebelkeit, Schmerzen und Druck im Magen, Beklemmung und Abmagerung, Ausfallen der Haare und Hautausschlag gesellt. Weiterhin kommt es zu Zehrfieber und Wassersucht.

Akute Vergiftungen mit Arsenik haben Aehnlichkeit mit einem Choleraanfall. Es sind Schlingbeschwerden vorhanden, Kratzen im Munde und Schlunde und Schmerzen in der Herzgrube. Bei größeren Gaben kann das Leben nach 6—12 Stunden enden, bei kleineren nach Tagen oder Wochen.

Behandlung: Auch hier gilt es vor allem das Gift einzuhüllen (Oel, schleimige Getränke), zu verdünnen (Milch, Wasser), fortzuschaffen (Brechen und Stuhlgang) und so viel als möglich unschädlich zu machen (Eiweiß). Da die Nerven- und Hautthätigkeit leicht zu sinken droht, so sind zu ihrer Hebung kräftige nasse Abreibungen und Einhüllungen zur Schweißerzeugung anzuwenden. Vergl. übrigens die Allgemeinbehandlung der Vergiftungen.

Bleivergiftung (Bleikachexie, -Kolik, Hüttenkatze). In akuter Form kommt dieselbe gewöhnlich nach dem Genuß von Bleizucker (Weinverfälschung), durch Bleiessig (Zubereitung saurer Speisen in bleihaltigen Gefäßen), durch Wasser, welches durch neue Bleirohre geleitet, durch Conditorwaren, welche mit Bleifarben gefärbt, und durch Nahrungs- und Genußmittel, die in Stanniol gepackt sind, vor. Hierher gehört auch die Bleivergiftung infolge des Genusses von Wein aus Flaschen, die mit Schrot gereinigt worden oder von deren Spülen her einige Bleischrote zurückgeblieben sind. Das Verschlucken von Bleizucker läßt für lange Zeit einen süßlichen Geschmack zurück. Außerdem tritt Uebelkeit und Erbrechen von milchweißen Massen ein; dabei bestehen heftige Magenschmerzen, das Gesicht wird bleich, die Lippen bläulich, der Puls ist bedeutend verlangsamt, die Stimme versagt, und unter Ohnmacht und Betäubung, Taubheit und lähmungsartiger Schwäche der unteren Gliedmassen kann der Tod erfolgen. Gewöhnlich besteht (Wirkung des Bleies) Stuhlverstopfung, selten Durchfall.

Die chronische Bleivergiftung findet sich hauptsächlich bei denjenigen Gewerbtreibenden vor, die wie die Arbeiter in Bleihütten, die Anstreicher, die mit Bleiweiß und Mennige, und die Schriftgießer und Schriftsetzer, die mit Schriftgut zu thun haben. Ebenso bei Töpfern und Malern und nach dem Gebrauche von bleihaltigen Arznei- und Schönheitsmitteln (Schminke, Puder, Haarfärbemittel). Die häufigste Folgewirkung ist die Bleikolik, welcher gewöhnlich Verdauungsstörungen und anhaltende Stuhlverstopfung vorausgehen. Bei Anfällen derselben treten plötzlich äußerst heftige, zusammenziehende Schmerzen in der Nabelgegend ein. Dabei ist der Unterleib gespannt, hart und eingezogen. Der Puls ist verlangsamt, dabei klein und hart, und es besteht vollständige Stuhl- und Harnverhaltung. Nach erfolgter Stuhlentleerung lassen die anfallsweise in kurzen Zwischenräumen auftretenden und sich oft bis auf's Heftigste verschlimmernden Schmerzen nach. Die Stuhlanhaltung dauert gewöhnlich mehrere Tage, bisweilen sogar 1—2 Wochen.

Unter Bleikachexie versteht man denjenigen Zustand von Abmagerung und Entkräftung, welcher infolge ganz allmäliger Einwirkung von Blei, besonders in Form von Bleidämpfen entsteht. In diesem Zustande magert der Kranke ab, sein Gesicht erscheint erdfahl, das Zahnfleisch bekommt einen bleifarbigen Saum, und auch die Zähne nehmen bisweilen eine graublaue Färbung an. Der Kranke hat gewöhnlich einen süßlichen, etwas zusammenziehenden Geschmack im Munde; der Atem ist übelriechend und es sind beständige Verdauungsstörungen nebst Appetit-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

losigkeit vorhanden. Die Abzehrung tritt nach und nach immer hochgradiger ein. In gewissen Fällen treten Erscheinungen seitens des Gehirns und Rückenmarks auf. Es gesellen sich Kopfschmerzen, unruhiger Schlaf, Schwindel, Taubsein der Glieder, stierer Blick (Lähmungserscheinungen in den Augenmuskeln), melancholisches Wesen, Zuckungen in den Muskeln nebst Bewußtlosigkeit (nach Art der Epilepsie) und Phantasieren ohne Fieberbewegungen hinzu. Im andern Falle kommt es auch zu Lähmungen und Krämpfen, besonders in den Streckmuskeln, und bisweilen auf einzelne Muskelgruppen beschränkt, zu Zittern der Arme und Hände, Zucken in den Mundwinkeln, Unempfindlichkeit der Haut und heftige Gelenkschmerzen, besonders auch im Hüftgelenke.

Behandlung. Erregt das Bleipräparat, das die akute Vergiftung erzeugte, nicht schon von selbst Erbrechen, so ist darauf in obengenannter Weise hinzuwirken. Dasselbe ist mit den Stuhlentleerungen der Fall. Ueberdies gebe man schleimiges Getränk, Eiweiß und Milch. Bei der chronischen Bleivergiftung ist die Verhinderung weiterer Zufuhr des Giftes und die Anregung des Stoffwechsels durch warme Bäder die wichtigste Maßnahme. Tägliche Ganzabreibung bez. Bäder und nächtlicher Leibumschlag und Schlafen bei offenem Fenster sind weiter unbedingt nötig, wie überhaupt eine Allgemeinbehandlung einzuleiten ist und nur gegen die Koliken örtlich mit erwärmenden Leibumschlägen und Klystieren vorzugehen ist.

Blutvergiftung. Bekanntermaßen kann eine an und für sich kleine Wunde eine oft sogar das Leben des Verletzten bedrohende Vergiftung des Blutes verursachen, aber nur dann, wenn schlechte Säfte, eine krankhafte Blutbeschaffenheit überhaupt vorliegt und die Wunde nicht sauber gehalten wird. Wer sonst gesund ist, naturgemäß in bezug auf Diät, Hautpflege, frische Luft lebt, wer auch nicht künstlich durch Impfung und Arznei vergiftet ist, der ist in gewisser Hinsicht dagegen geschützt. Anders der, welcher dies nicht ist, denn ihm wird selbst die kleinste Verletzung heftige Schmerzen, und Geschwulst bringen, zumal wenn die so schön theoretisch klingende, aber praktisch so mörderische antiseptische Wundbehandlung (s. d. A. Wunden), wie sie die Medizin noch immer übt, Anwendung findet. Dann ist meist das Messer nur noch der letzte Notanker des aber oft auch trotzdem sinkenden Lebensschiffes, fehlt doch dank der schlechten Säfte, des unreinen Bluts, der falschen Ernährung, mangelnden Gesamthautpflege und ungenügenden frischen Luft dem Körper die nötige Widerstandsfähigkeit, den Kampf gegen Gifte bez. Ansteckungskeime (Fäulniserreger), welche durch die Wunde ins Blut dringen, hier Eiweiß zersetzen und sogenannte Leichengifte (Ptomaine) erzeugen, kräftig aufzunehmen und siegreich durchzuführen.

Behandlung. Indem wir auf den Artikel Wunden verweisen, wollen wir doch noch hervorheben, daß, wenn es möglich ist, die Wunden, heile Lippen und desgleichen Mundhöhle vorausgesetzt, unmittelbar nach der Gifteinführung auszusaugen sind. Auch das Ausblutenlassen

derselben trägt viel zur Entfernung des Giftstoffes bei. Ist die Wunde bez. deren Umgebung entzündet und schmerzhaft und wassersüchtig geschwollen, so nützten oft schon Hochlagerung, sicher aber Packungen des betr. Teils und vor allen, außer den lauen örtlichen Bädern, Dampfbäder und zwar örtliche an der Wundstelle, wie auch allgemeine bei schon geschehener Aufnahme des Gifts ins Blut.

Phosphorvergiftung kommt durch den Verbrauch der allgemein verbreiteten Streichzündhölzer öfter vor wie anderweitige Vergiftungen. Der Phosphor, in den Körper gebracht, ruft in allen Organen eine fettige Entartung hervor. Der Genuß dieses Giftes erzeugt knoblauchartiges Aufstoßen, zu welchem sich brennender Schmerz im Magen und im Halse gesellt. Außerdem ist Uebelkeit und Erbrechen vorhanden. Das Erbrochene ist bisweilen blutig und leuchtet im Dunkeln. Der Unterleib ist gegen Druck äußerst empfindlich. Dabei bestehen Kolikschmerzen und Durchfall; auch die Stuhlentleerungen leuchten nicht selten im Dunkeln. Der Puls ist verlangsamt und schwer zu fühlen (klein). Häufig tritt eine ähnliche Färbung der Haut ein wie bei der Gelbsucht. Nur wo ganz geringe Mengen von Phosphor in den Magen gelangten, ist Hoffnung vorhanden, das Leben zu erhalten. In manchen Fällen tritt eine scheinbare Besserung ein in den ersten 24—36 Stunden. Dieselbe ist jedoch nur ganz vorübergehend. Unter Gehirnerscheinungen (Schlaflosigkeit, Phantasiren, Schlummersucht) und Harnverhaltung tritt nach 8—10 Tagen der Tod ein.

Behandlung. Auch hier ist möglichst rasches Entfernen des Gifts durch Brechen und Stuhlgang unbedingte Pflicht, da die Zeit, wo man der Vergiftung noch beikommen kann, nur kurz bemessen. Oefter zu wechselnde beruhigende Leibumschläge erweisen sich als sehr nützlich. Dazu gebe man schleimige Getränke, nie Fette, Oele, Milch, Eigelb, die alle nur die Einwirkung und Auffaugung des Phosphors befördern. Im übrigen gilt auch hier das von der Allgemeinbehandlung oben Gesagte.

Verhärtungen. Sind Entzündungen (s. d. A.) bereits in Verhärtungen übergegangen, so wird die Heilung dadurch überaus erschwert. Im allgemeinen erscheint das erregende, entzündliche (also die Entzündung, den Kampf der Natur wider die Krankheitsstoffe wieder herbeiführende) und zugleich stärkende Verfahren angezeigt; letzteres, weil durch den herbeigeführten Aufruhr der Körperkräfte zugleich ein größerer Verbrauch derselben bedingt ist, welcher wieder ersetzt werden muß. Es können jedoch Jahre vergehen, ehe wieder eine derartige Kräftigung der betreffenden Organe stattfindet, daß dieselben wieder in das entzündliche Stadium übergehen, mithin eine Heilung als sicher erscheinen lassen. Als besondere Maßnahmen würden in Betracht kommen in erster Linie erregende Umschläge um den Magen, damit derselbe in natürlicher Weise zu erhöhter Thätigkeit veranlaßt wird; sodann kurze, kalte Vollbäder, länger andauernde Sitzbäder, erregende Kompressen um die leidenden Teile, häufiges Reiben und Drücken derselben mit nassen Händen und endlich die er-

regende warme und kalte Douche, welche am besten in der Nähe des betreffenden kranken Teiles angewendet wird, und zwar derart, daß sie die Blutbahnen trifft, welche das Blut an jene zu erregende Stelle hinleiten. Vergl. auch Krebs und Schwindsuchten. In schwereren Fällen, d. h. wo — wie bei Schwindsuchten — umfangreiche Verhärtungen vorliegen, wo jedoch eine Umwandlung in einen entzündlichen Zustand erwartet werden kann, steigere man erst allmälig die erregenden Maßnahmen, damit nicht durch die plötzlich entstehenden umfangreichen Entzündungen das Leben des betreffenden Kranken in Gefahr kommt. Dies ist einer derjenigen Fälle, in welchen die Ausübung der Naturheilkunde zu einer echt wissenschaftliches Denken erfordernden ärztlichen Kunst sich erhebt.

Verkrümmungen. Die Behandlung beginnender Knochenverschiebungen s. unter Skropheln.

Verletzungen, äußere s. die unter Chirurgische Krankheiten angegebenen Artikel.

Verrenkung. Ist die Gelenkfläche eines beweglichen Knochens aus ihrer natürlichen Gelenkverbindung (besonders beim Schulter- und Hüftgelenk vorkommend) ausgewichen, so nennt man dies eine Verrenkung oder Luxation. In einfachen Fällen genügt das Langausziehen und Wiederzurücklassen des verrenkten Gliedes, um die natürliche Lage desselben wieder herbeizuführen; in schwereren Fällen muß dies durch eine geübte Person (Chirurg) geschehen. Unterstützen kann man die Behandlung, oder der erhöhten Schmerzhaftigkeit derselben vorbeugen, wenn man bis zur Ankunft des Arztes oft gewechselte kühl-feuchte Umschläge auflegt und im Uebrigen so wie bei den Beinbrüchen (s. d.) verfährt. Auch nach stattgefundener Einrenkung fahre man mit den kühlen Umschlägen fort, oder bringe den betreffenden Teil in ein kühles Bad. Hierbei zerteilt man mit leichter Streichmassage (abwärts von den Gelenken) die sich anhäufende Blutmasse und wiederholt dies Verfahren so lange und so oft, als die Schmerzhaftigkeit, die Entzündung und Schwellung der betreffenden Teile dauert, resp. sich wiederholt. — Durch Anwendung der kalten Bäder wird nicht allein die Entzündung vor gefahrdrohender und schmerzlicher Erhöhung bewahrt, sondern die betreffenden Gelenke mit ihren Muskeln und Bändern erlangen viel eher und sichrer die verloren gegangene Kraft wieder, als dies in festen Bandagen je der Fall sein könnte, in denen die Hilfsbereitschaft der allgegenwärtigen Naturheilkraft auf längere Zeit fast vollständig gelähmt wird.

Meist genügen bei der genannten Behandlung zwei bis drei Tage zur völligen Wiederherstellung, doch ist dieselbe natürlich durch fleißige, aufmerksame und genau den Forderungen und Winken der Natur (Schwellung ꝛc.) entsprechende Behandlung bedingt. Entsteht allgemeines Fieber, so behandle man dasselbe durch Ganzpackungen, viel kühles Wassertrinken und kühle, reizlose Diät. Ueberhaupt erscheint ein sowol körperliches als seelisches möglichst ruhiges Verhalten deshalb angezeigt, damit die

Natur in ihrem Heilbestreben nicht abgelenkt und anderweit zu stark beschäftigt wird, indem jede Thätigkeit, werde dieselbe nun mit den Muskeln oder mit dem Gehirne ausgeübt, Blut für die betreffenden thätigen Organe beansprucht und es, fofern kein Reichthum an Blut im Körper vorhanden ist, auch der erkrankten Stelle entzieht. Suchen wir nun auch das entstehende Fieber in Schranken zu halten, so können wir andererseits ohne Fieber die betreffende Heilung überhaupt nicht erreichen. Daraus ergiebt sich, daß Personen mit starkem Fieber sich mehr, und solche mit zu wenig örtlichem Fieber, also wenig sich regendem, wenig Kräfte zeigenden oder besitzenden Heilbestreben sich so wenig wie möglich ableitend bethätigen sollen. Vergl. Verstauchungen.

Verrücktheit, s. d. Art.: Geisteskrankheiten, Narrheit, Raserei und Wahnsinn.

Verschleimung. Die einzelnen Merkmale der Verschleimung sind so allgemein bekannt, daß eine besondere Schilderung derselben sich unnötig macht. Rausse sagt: „Wer viele allopathische Magenstärkungen genossen, oder viel magenverderbende andere Medikamente, der mag, wenn er die Symptome des Magendrückens und der wiederkehrenden Uebelkeit hat, fest überzeugt sein, daß sein Uebel nicht blos in Magenschwäche, sondern in der zähesten Verschleimung besteht." Doch kann die Verschleimung auch ohne jene von Rausse angegebenen Merkmale bestehen. — Außer der vielleicht vorhandenen natürlichen Anlage gehören zu den Ursachen des betreffenden Leidens: Der Genuß fetter, mehliger, fader, reizloser Speisen und warmer, erschlaffender Getränke; desgleichen jedoch auch Uebermaß im Essen und Trinken, feuchte Wohnungen, schlechtes Klima, Gemütsbedrückungen und Schwächungen mancherlei Art (geschlechtlich, Ueberanstrengungen im Beruf oder dergl.) Das Uebel ist eine häufig auftretende Begleiterscheinung der Skrofeln, der Gicht u. A. m. — Besteht die Verschleimung sehr lange, so kann sie allmälich zur Auszehrung und Wassersucht, also zu Blutentmischungen führen, außerdem zu Verhärtungen und Verknöcherungen der Verdauungswerkzeuge mit allen diesbezüglichen Folgeerscheinungen.

Die Behandlung richtet sich nach den gegebenen Ursachen: Man vermeide alles das, was in dem individuellen Falle als Veranlassung gelten kann, also den Genuß der Verschleimung erzeugenden Speisen, Getränke und besonderen Lebensgewohnheiten; außerdem aber auch sind zu meiden Käse, Bier, Milch, Backwerk, desgleichen eine sitzende, die ungehinderte Verdauung hindernde Lebensweise. Läßt z. B. der Beruf eine derartige Umgestaltung der äußeren Lebensweise nicht zu, so suche man dies durch Turnen und sonstige Leibesübungen wieder auszugleichen (Massage des Unterleibes, Heilgymnastik ꝛc.). Getränke und Speisen: man trinke viel kühles Wasser, besonders morgens und abends, und gebrauche die Verdauung direkt befördernde Sitzbäder, sowie ableitend-anregende kühle Abreibungen. Man esse nie mehr als der Appetit verlangt, und setze lieber mehrere Mahlzeiten aus, ehe man sich ohne ausgesprochenen Hunger

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

zu Tische setzt. Bei der genannten Behandlung wird bald und sicher der gute Erfolg eintreten. Sollten Würmer vorhanden sein, so gebe man außerdem noch Klystiere. Vergl. auch Wurmkrankheiten.

Beruht die Verschleimung auf hochgradiger Schwächung sowol des Organismus im Allgemeinen als der Schleimhäute im Besonderen, ist sie erst infolge schlecht oder gar nicht geheilter Krankheiten entstanden, mithin tief gewurzelt, so gestaltet sich natürlich die Heilung viel langwieriger, wenn auch die allgemeinen Grundzüge derselben die gleichen bleiben. Die Kur muß jedoch selbstredend dem vorhandenen Kräftezustande des Patienten angemessen, mithin, je geringer derselbe ist, um so milder und gemäßigter in ihren einzelnen Maßnahmen begonnen, und dementsprechend nach und nach verstärkt werden, bis man schließlich zur Anwendung der vollen Kur schreiten darf. Man übereile dabei in keiner Weise die Anwendung des kalten Wassers, sondern warte ruhig, bis der Körper Kraft genug gesammelt hat, um die nötige und wirksamste Antwort erteilen zu können. Man verabsäume nicht, recht häufig den Mund mit kühlem Wasser ausspülen zu lassen; denn dadurch wird besonders die Schleimabsonderung sehr befördert und eine direkte Kräftigung der betreffenden Organe angebahnt. Wenn das reichliche Wassertrinken anfangs manchmal Uebelkeit oder Brechneigung erzeugt, so beginne man erst mit kleinen Mengen und suche den Magen daran zu gewöhnen. Im weiteren Verlaufe der Kur treten derartige Erscheinungen vorwiegend als kritische auf; man suche in diesem Falle durch schnelles und reichliches Trinken die Brechneigung bis zum wirklichen Erbrechen zu steigern, krampfhaftes Erbrechen jedoch sodann durch ableitende, kurze Sitzbäder in abgeschrecktem Wasser zu verhüten. — Ist der Sitz der Verschleimung vorwiegend in den Brustorganen, so sei man um so vorsichtiger mit der Anwendung des kalten Wassers, da hier die Verschleimung meist nur ein Symptom eines tiefer gelegenen Grundübels ist, welches in vorsichtigster und mildester Weise behandelt werden muß, um Ausbrüche heftiger Fieberbewegungen zu verhüten.

Verschwärungen s. Geschwüre.

Verstauchung. Unter Verstauchung oder Distorsion ist eine Verletzung zu verstehen, welche — meist infolge eines Fehltrittes oder einer plötzlichen und heftigen Bewegung — den Umgebungen eines Gelenkes zugefügt wird, und eine entzündliche und äußerst schmerzhafte Geschwulst zur Folge hat. Die Behandlung ist dieselbe wie bei Quetschungen (s. d.) Vergl. auch Verrenkung.

Verwundungen, s. Wunden.

Vollbäder oder **ganze Bäder**, s. Naturheilverfahren.

Vollblütigkeit, s. Congestionen, vergl. Unterleibskrankheiten.

Vomitiv (Brechmittel) s. gastrischer Zustand.

Vorhaut, Entzündung der, s. unter Tripper.

Wadenkrampf s. Krämpfe.

Wahnsinn. Bezüglich des Wahnsinns dürfte fast dasselbe gelten, was wir in den Artikeln Geisteskrankheiten, Raserei und Narrheit gesagt

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

haben. Bei weiblichen Personen ist es von hervorragender Bedeutung, den Gesundheitszustand der Gebärmutter und ihrer Funktionen genau zu prüfen, da das Leben derselben in innigster Wechselbeziehung zum geistigen Leben steht und dasselbe nicht blos vorübergehend beeinflußt, sondern bei stark anormalen Zuständen vollständig beherrscht. Es sind schon vorzügliche Heilungen von Wahnsinn oder fixen Ideen erzielt worden durch einfache Behandlung der weiblichen Unterleibsorgane, welche in irgend einer Weise Störung erlitten hatten. Auf jeden Fall ist die genaueste diesbezügliche Untersuchung hierbei geboten, und lasse man sich durch keine gegenteilige Versicherung der Patientin hiervon abhalten.

Wandernde Nieren. In einzelnen Fällen geschieht es, daß (besonders die rechte Niere) aus vollständig unbekannten Ursachen die Niere ihre Lage in dem Maße verändert, daß sie nach unten und vorn rückt, und in ihrer bohnenförmigen Gestalt deutlich durch die Bauchdecken gefühlt werden kann. In solchem Falle ist sie beweglich und wird nur beim Stehen des Betreffenden gefühlt, was nicht möglich ist, wenn sich derselbe legt (wandernde Niere). Gewöhnlich ist das Gefühl von Unbehaglichkeit und Schwäche im Unterleib vorhanden. Nierenschmerzen und Harnstörungen sind fast nie vorhanden, jedoch wird eine derartige Niere nicht selten für eine krankhafte Geschwulst gehalten. — Bezüglich der Behandlung kommen in Betracht: Sorge für regelmäßigen Stuhlgang, Tragen einer Leibbinde, und die Vermeidung von starken, den Körper heftig erschütternden Bewegungen (z. B. Springen und Reiten). Außerdem allgemeine Kräftigung des Organismus durch Behandlung mit warmen Wassertemperaturen (Sitzbäder von 26—28 Grad) mit nachfolgender kühler Abreibung und gut nährender nicht erregender Diät, damit der Körper aus eigener Kraft und völlig ungehindertem eigenen Willen die Heilung und Zurückführung in den normalen Zustand vollziehen kann.

Warzen und sonstige Hautschwielen. Dieselben entstehen an denjenigen Hautstellen, welche einem andauernden Druck oder einer sich oft wiederholenden Reibung ausgesetzt sind; z. B. an den Fersen durch das Schuhwerk, bei Feuerarbeitern, und überhaupt Solchen, welche mit Hammer oder Axt arbeiten, an den Händen ꝛc. — Hühneraugen (Leichdorn). Diese eigentümliche Art von Hautschwiele von runder oder länglicher Form entsteht infolge des Druckes, welchen enges oder schlecht passendes Schuhwerk ausübt, an oder zwischen den Zehen; sie werden dadurch besonders schmerzhaft, daß sie bei ihrer Härte und Form durch das Schuhwerk keilförmig in die Haut hineingepreßt werden. — Warzen. Dieselben entstehen durch eine übermäßige Wucherung des Papillarkörpers der Haut und der von diesem gebildeten darüber lagernden Hornhaut. Sie treten in den verschiedenartigsten Formen auf, z. B. fadenförmig oder flach, außerdem hart oder fleischig, bisweilen sogar in Form von Hauthörnern von enormer Länge (6—8 Cent.)

Behandlung. Auch bei diesen Leiden sucht die Naturheilkunde die Ursachen auf, sucht diese mit der Wurzel auszurotten und über-

läßt das Verschwinden der Folgewirkungen jener Ursachen vertrauensvoll der Natur. — Hühneraugen und ähnliche Verhärtungen der Haut sind ursächlich bedingt durch allgemeine oder örtliche Ernährungsstörungen, welche zweierlei Natur sein können. Entweder liegt eine Ueberernährung vor, also daß der Körper das Uebermaß der zugeführten Betriebsmaterialien nicht zu verarbeiten vermag und demzufolge Stockungen stattfinden; oder aber es liegt eine gerade für diesen Körper, für dieses Individuum, als Ergänzung für die an diesen Organismus gestellten Anforderungen ungenügende, mangelhafte Ernährung vor. — Wie viele Menschen tragen unpassendes Schuhwerk! Nun kann mancher Mensch derartig unpassend beschuht sein, ohne deshalb gleich Hühneraugen zu bekommen. Liegt aber außerdem für den speziellen ganzen Organismus eine (entweder aus dem zu viel oder dem unrecht Gewählten entstandene) fehlerhafte Ernährung vor, so ist hiermit die ursächliche Bedingung zur Bildung von Hühneraugen (neben noch anderweitigen Beschwerden) gegeben und es werden dann durch Tragen von schlecht sitzendem Schuhwerk jene Hornhaut-Verhärtungen zur Thatsache.

Was die allgemeine Ernährungsweise betrifft, so bleibt es dem Nachdenken eines Jeden überlassen, was an derselben zu verbessern oder umzustimmen ist. Aber es wird die örtliche Behandlung immer eine vorwiegend erfolglose bleiben, solange nicht den angeführten allgemeinen Ursachen nachgespürt und diese beseitigt werden. Die weitere unerläßliche Forderung bleibt selbstredend die sofortige Beschaffung einer guten, passenden Beschuhung; die hydropathische Behandlung wird darin zu bestehen haben, daß erstens für einen ungehinderten Blutumlauf im ganzen Körper Sorge getragen und zweitens örtlich eine Erweichung der verhärteten Hautstellen sowie Ausdehnung der noch funktionsfähigen Hautzellen behufs Zu- und Durchströmen des Blutes, also behufs einer erneuerten und verbesserten örtlichen Ernährung erstrebt wird. Die Anregung des ganzen Körpers kann erzielt werden durch vorwiegend kühle oder, wenn körperliche Schwäche oder Blut- oder Fettarmut, mithin Wärmebedürfnis vorliegt, durch warme Wasserbehandlung. Im ersteren Falle erscheinen leichte Douchen, Abreibungen, Begießungen als geboten,, im letzteren warme Vollbäder (mit nachträglich kühler Abreibung), unterstützt durch erwärmende Kleidung und vorwiegend warme Diät. Endlich ist die Hebung und Verbesserung des organischen Betriebes durch Sorge für durchaus regelmäßigen Stuhl und eventuell tägliche Streichmassage der äußeren Körperglieder, nahe am Rumpfe beginnend, immer in der Richtung nach dem Herzen. — Die örtliche Behandlung macht sich in jedem Falle nicht mit kalten, also zusammenziehenden, sondern mit warmen, also ausdehnenden, erweichenden Temperaturen notwendig, und zwar feuchte Wärme: also z. B. bei Hühneraugen warme Fußbäder, Fußdampfbäder und Schwitzpackungen, bei welchen Dampfkruken anzulegen sind, wenn die Füße schwer in Schweiß kommen sollten. Endlich ist die örtliche Ernährung und Erwärmung noch dadurch zu unterstützen, daß der betreffende Fuß nach

den betreffenden hydropathischen Maßnahmen mit einem milden, reinen Fette (reines Olivenöl oder am besten Milchrahm) so viel die Haut annehmen will, eingerieben wird.

Bei Warzen an den Händen kommen Handpackungen ꝛc. in Betracht. Außerdem kann man versuchsweise die Ablösung derselben noch durch leichte, täglich fester anzuziehende Umschnürung unterstützen.

Waschungen. Dieselben können auf mancherlei Art vorgenommen werden. Entweder stellt man sich in ein weiteres und wenig tiefes Faß, das zur Hälfte mit Wasser gefüllt ist, taucht fleißig die Hände ein und reibt sich mit der kühl-nassen Hand von oben bis unten (oder wenn Kongestionen nach den oberen Organen bestehen, von unten nach oben) kräftig ab. Dabei kann man auch zugleich Begießungen stattfinden lassen, um durch möglichst gleichzeitige Benetzung aller Körperteile Erkältung zu vermeiden. Der zum Teil etwas unangenehmen Wirkung der plötzlichen Abkühlung auf die Bauchdecken wird am besten dadurch begegnet, daß man erst die Rücken- und Kreuzgegend, dann erst die Bauchdecken ꝛc. benetzt. — Oder aber man steht einfach auf einer wärmeren Unterlage (Teppich, Matte ꝛc.), und taucht ein Handtuch, Schwamm oder Frottirhandschuh in ein daneben stehendes, mit Wasser gefülltes Gefäß und vollzieht hierauf die Abwaschung. — Die kräftigste, schnellste aber auch erregend wirkende Abwaschung findet derart statt, daß man ein Leintuch in Wasser taucht, unausgewunden um den ganzen Körper schlägt, sich nun von einen Andern mit kühlem Wasser tüchtig (mit Einschluß des Kopfes) übergießen und endgiltig, vermittelst des Leintuches tüchtig frottiren läßt. Zur größeren Verstärkung der Wirkung kann die erwähnte Uebergießung noch wiederholt werden. Diese letztere Art der Waschung hat allerdings den Vorteil, durch Abschließung der äußeren Luft eine Erkältung zu verhüten, sie ist aber im Allgemeinen so angreifend, daß sie nur bei schweren fieberhaften Zuständen, bei denen eine durchgreifende Gesamtabkühlung des Körpers sich nötig macht und kühle Vollbäder nicht zu erlangen sind, anwendbar erscheinen. Gänzlich zu verwerfen ist eine derartige von gesunden Naturen täglich oder doch regelmäßig angewendete „Erquickungs-Waschung", weil sie durch die Ueberreizung der Hautnerven (besonders bei an sich schon Nervösen) die Schwächung derselben herbeiführen, beziehentlich erhöhen. Für Kranke wirken sie immerhin noch milder als die kalten Vollbäder, welche die kombinirte Naturheilkunde (also Ausschluß des Wasserfanatismus) fast ganz verwirft.

Die Waschungen in milderen Temperaturen werden in Krankheitsfällen meist da verordnet, wo Sitz- und Halbbäder wegen übergroßer Schwäche des Patienten nicht ausführbar erscheinen. Sie werden in diesem Falle dem Kranken unter der Bettdecke, mit sorgsamstem Schutze vor Erkältung verabreicht, indem nur gliedweise vorgegangen und sofort nach der Benetzung mit einem gewärmten, wollenen Tuche getrocknet und nachgewärmt wird. Die Temperatur des Wassers soll hierbei lau, mattwarm sein. Derartige Waschungen entfernen alle etwa vorhandenen Aus-

schwitzungen auf der Haut, öffnen die Poren, leiten das Blut ab von edleren, inneren Organen und geben so eine den ganzen Körper beeinflußende wohlthuende Anregung und Erfrischung, ohne im Mindesten dessen Kräfte zu verbrauchen. Besonders bei Dyskrasien (Blutentmischungen) aller Art, welche eine hochgradige Herabsetzung der Körperwärme bedingen (z. B. Nierenerkrankungen, Schwindsuchten ꝛc.) sind sie endgiltig fast das einzige, das Leben noch erhaltende, dem Kranken Erleichterung schaffende Mittel. Man hat es hierbei völlig in der Hand, durch Herabsetzung der Temperatur, den vorhandenen Kräften entsprechend anregender oder beruhigender zu wirken.

Bei Gesunden genügt es vollständig, derartige Waschungen mehr feucht als tropfnaß auszuführen, damit sie dem Körper nicht zu viel Wärme entziehen und somit zu erregend wirken. Das nach einer nassen Waschung auftretende starke Hungergefühl, welches gewöhnlich große Freude bei den Betreffenden hervorruft, ist häufig genug weiter nichts, als der Hilferuf des übermäßig in seinen Wärmenquellen geschröpften Organismus, der nun durch warme und fette Speisen das Defizit wieder zu ersetzen sucht. Es genügt, wie gesagt, eine einfache feucht-kühle Abreibung mit nachfolgender milder Trockenfrottirung; und zwar im Sommer täglich des Morgens, nach Spaziergängen ꝛc., die eine staubig-schweißige Veränderung der Haut annehmen lassen, auch noch öfter. Im Winter sollten die Abreibungen nur im warmen Zimmer und, sofern nicht der Beruf besondere Beschmutzung erzeugt, nicht öfter als 2—3 Mal wöchentlich, zudem mit abgeschrecktem Wasser stattfinden. — Ob man von unten nach oben oder umgekehrt die Abreibung vornehmen soll, hängt ganz von den jeweiligen Zuständen im Körper oder von den Anforderungen ab, die an denselben gestellt werden sollen. Ein Kopfarbeiter z. B. wird sich im Sommer nicht derart abreiben, daß er früh vor Beginn seiner Thätigkeit das Blut nach den Füßen hinleitet, wodurch er weniger denkfähig sich machen würde; andererseits wird ein Kopfarbeiter, sofern er sich abends feucht-kühl überreibt, zuerst die Füße benetzen, damit der Kopf thunlichst blutleer und ein ruhiger, traumloser Schlaf vorbereitet wird. Muskelarbeiter wiederum und alle Diejenigen, welche bei vorhandener genügender Blutmasse an Kälte der Extremitäten leiden, werden zuerst diese benetzen; Andern endlich, welche beispielsweise über schwachem Magen oder ungenügender Thätigkeit der Unterleibsorgane zu klagen haben, werden zuvörderst diese Teile erfrischend und anregend beeinflussen, ehe sie den übrigen Körper reinigend benetzen. So lassen sich also bestimmte Regeln über Abwaschungen und Abreibungen gar nicht geben. Es muß auch hier entweder der Arzt oder der Einzelne, sich selbst Behandelnde genau überlegen, was für seinen Körper, seine Lebensgewohnheiten das beste und ersprießlichste sein dürfte. Nötigenfalls probire man das Beste aus, denn auch hier geht probiren über studiren.

Wasser. Die beinahe universellen Wirkungen des Wassers gegenüber unserem Organismus lernten wir bereits in den Artikel „Naturheilverfahren" im Besonderen kennen.

Bei dieser Gelegenheit lernten wir das Wasser als einen wesentlichen Bestandteil unseres Organismus kennen. Wir wissen, daß letzterer beinahe zu $^3/_4$ aus Wasser besteht und daß wir mithin durch die tägliche Zufuhr von Wasser in der Form von Getränk oder als Mitbestandteil sämtlicher fester Nahrungsmittel unseren Körper in seinen Wasserbestandteilen beständig wieder erneuern. Indem wir aber die fernerweiten, großen und vielseitigen Aufgaben musterten, welche das Wasser nach seiner Einverleibung in unseren Körper zu erfüllen hat, gelangten wir zu der Ueberzeugung, daß dieses Element beinahe ein Allheilmittel für unseren Körper zu sein verspricht. Denn da dasselbe für sämtliche Vorgänge des Stoffwechsels geradezu unentbehrlich ist, indem es sowohl für die Zubereitung der einverleibten Nahrungsmittel behufs Aufnahme in Fleisch und Blut, also für die Verdauung und Verähnlichung (Assimilation), als auch für die Aneignung und thatsächliche Einverleibung der Nährstoffe und für die chemische Umwandlung und Wiederausscheidung der abgenutzten Bau- und Betriebsmaterialien unseres Körpers ganz unentbehrlich ist, so erkennen wir, welchen vielseitigen Nutzen das Wasser bei allen denjenigen krankhaften Störungen des gesunden Gleichgewichts, welche durch eine unzureichende, mangelhafte, oder aber geradezu fehlerhafte Bethätigung jener physiologischen Prozesse, bei denen das Wasser eine Hauptrolle spielt, also vor allen Dingen bei allen Prozessen der Aufsaugung, des Stoffwechsels und der Absonderung entstanden sind, zu stiften im Stande ist. Aber nicht genug, daß das Wasser ein äußerst wichtiges Medium für unsern Körper ist, da ohne seine Beihilfe nicht das kleinste Stoffteilchen aus den Verdauungswegeu in die Säftemasse aufgenommen werden kann, da das Wasser hierbei als Auflösungs- und Verflüssigungsmittel für die in den Haushalt unseres Körpers aufzunehmenden Nahrungsstoffe dient, so dient dasselbe auch zugleich als Transportmittel, um die in die Säftemasse aufgenommenen, neuen Betriebsstoffe in alle Regionen unseres Körpers zu verteilen. Oder ist es nicht das Wasser, welches die zahllosen Kanäle und Wasserstraßen bildet, die den gesamten wirtschaftlichen und kommerziellen Verkehr im menschlichen Körper ermöglichen? Würden die Adern, die Chylus- und die Lymphgefäße, dieses großartige und wundervolle System von Schleußen und Verkehrsstraßen, würden alle diese zahllosen Kommunikationswege im Stande sein, dem Körper als Verkehrsmittel zu dienen und den großen Tauschmarkt des Lebens, den sogenannten Stoffwechsel, zu vermitteln, wenn nicht in den bald langgestreckten, bald labyrinthisch verschlungenen Corridoren der Blutgefäßbahnen jenes flüssige Element hin- und herflutete?

Wie wäre es ohne Wasser möglich, alles neu Erworbene, alle jene in den Anstalten der Verdauung fabrizirten Stoffe, den Chylus, und die industriellen Erzeugnisse der verschiedenen Drüsen, kurz sämtliche, neue Bau- und Betriebsmaterialien, in alle, auch in die entlegensten Provinzen zu schaffen und in die versteckteften Oertlichkeiten zu verteilen? Giebt es in der gesamten Natur einen ähnlichen Stoff oder giebt es irgend ein

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

industrielles Erzeugnis, irgend eine Droge, irgend ein chemisches Präparat aller Laboratorien der Welt, welches erwiesener Maaßen ebenso neutral und unparteiisch, eben so selbstlos und indifferent wie das Wasser ist und in gesunden, wie in kranken Tagen in den Magen eingeführt werden kann, um von hier aus unbeeinflußt und unverändert in die Blutbahnen einzutreten und hier die flüssigen, also sowol die ungeformten, wie die geformten Bausteine (Blutzellen) und Betriebsstoffe nach allen Richtungen zu transportiren und weiterhin jedes, auch das unscheinbarste Gebilde, jede Faser, jede Zelle, jedes Atom unseres Körpers zu durchdringen und zu durchtränken? Kann der Arzneiköhlerglaube auch nur ein einziges sogenanntes „Heil"-Mittel aufweisen oder ausfindig machen, welches nicht blos das Auflösungs- und Transportmittel für alle neueinverleibten Bau- und Betriebsmaterialien ist, sonder außer der Zufuhr aller nützlichen und erforderlichen Stoffe, auch die Abfuhr aller verbrauchten, abgenützten und schädlichen Auswurfsstoffe ermöglicht, wie es das Wasser thut, indem es auch in diesem Falle als Auflösungs-, als Verflüssigungs- und als Transportmittel dient? Gibt es irgend eine Droge, irgend ein chemisches Fabrikat, welches nur im entferntesten ähnliche „blutreinigende" Wirkungen zu entfalten vermöchte?

Schon allein diese theoretischen Erwägungen, welche sich aus der Kenntnis der gesamten tierischen Oekonomie und aus der Kenntnis der außerordentlich wichtigen Rolle herleiten, welche das Wasser im Haushalte unseres Körpers spielt, lassen die zauberhaften Wirkungen dieser ursprünglichsten und naturgemäßesten Medizin erwarten, aber auch selbst der geringste Zweifel an den thatsächlichen Erfolgen einer arzneilosen Krankenbehandlung wird durch die prächtige Genesungsstatistik der Naturheilkunde widerlegt. Diese staunenswerten Erfolge einer naturgemäßen Krankenbehandlung, die sich derselben Mittel und Wege bedient, welche die Natur bei der sogenannten Natur- oder Selbstheilung anwendet, machen die gegenwärtige reformatorische Gegenströmung gegen den Köhlerglauben an die Wunderwirkung der Arzneimittel erklärlich. Wer sollte aber nicht auch schon nach den kurzen Andeutungen über die Arzneien und Heilmittel der Naturheilkunde, wie wir sie in dem Kapitel Naturheilverfahren über Luft, Licht, Wärme, Kälte, Wohnung, Nahrung und die übrigen Medikamente der Naturheilkunde gegeben, zu der Ueberzeugung gelangen, daß die Tage der allopathischen Heilkunde und der Apotheken gezählt sind? — —

Allen entzündlichen Krankheiten und einer großen Anzahl der übrigen krankhaften Prozesse, ist eine Erscheinung gemeinsam, nämlich die Störung in den Cirkulationsverhältnissen des Blutes und die infolge hiervon weiterhin gegebene Störung in der Ernährung. In diesen Fällen ist das Wasser ganz besonders dazu berufen, unvergleichliche Dienste zu leisten, also in unzählig vielen Krankheitsfällen; denn, wenn man bedenkt, wie zahlreich gerade die entzündlichen Krankheiten sind und wenn man sich vergegenwärtigt, daß alle blutführenden Gewebe — und blut-

gefäßhaltig sind sie bis auf die Knorpel alle — eine Störung in der Blutzirkulation, mithin auch einer Störung in der Ernährung, also Entzündungskrankheiten unterworfen sind, so werden wir die Tragweite der Heilkraft des Wassers annähernd ermessen können.

Mag die Störung im Blutverkehr entweder in Form einer Blutwallung oder in Form von Blutandrang (Kongestion) auftreten, oder sich in Gestalt einer Blutstauung oder Blutstockung z. B. im Pfortadergebiete (Blutanschoppungen in der Leber, Hämorrhoidalleiden und dergl.) etabliren, oder mag dieselbe in Form eines fieberhaften, entzündlichen Prozesses auftreten, welcher fast ausnahmslos von Ausschwitzungen aus den Blutgefäßen (Exsudationen, Entzündungsprodukte, Eiterbildung ꝛc.) begleitet ist, in allen diesen Fällen wird das dem leidenden oder kranken Organismus zum Zweck der Besserung oder der vollständigen Heilung einverleibte Wasser vortreffliche Dienste zu leisten vermögen.

Aber auch alle jene verschiedenartigen Krankheiten, deren Ursache darin zu suchen ist, daß jene Organe, welche die Ausscheidung der Mauserungsstoffe oder Gewebsschlacken bewerkstelligen, wegen des Uebermaßes derselben oder wegen Mangel an dem zu ihrer Auflösung und Verflüssigung erforderlichen Menge Wasser nicht zu bewältigen im Stande sind, werden durch eine reichliche Zufuhr von Wasser und dadurch, daß die ausscheidende Thätigkeit der Lungen, der Haut und der Nieren erhöht wird, behoben werden können.

Kurz das Wasser bildet eins der vorzüglichsten Heilmittel der arzneilosen Heilkunde, ein Mittel, dessen Heilwirkungen von keinem einzigen anderen Heilmittel erreicht, geschweige denn übertroffen werden.

Für diese unsere Betrachtung möge es genügen, die hauptsächlichsten Vorzüge des Wassers, als eines beinahe universalen Heilmittels nur kurz anzudeuten. Das Wasser ist nicht blos der verbreitetste Stoff, welcher sowol den größten Teil der Erdoberfläche einnimmt, als auch der Masse nach den hauptsächlichsten Bestandteil aller organischen Wesen bildet, sondern es hat dasselbe auch noch ganz besondere Eigenschaften chemischer Natur. Schon allein die Thatsache, daß der menschliche Organismus zu drei Vierteln aus Wasser besteht, muß den Versuch, diese unsern Körper bilden helfende große Wassermenge durch andere neue wässrige Bestandteile zu ersetzen, dadurch aber mehr als die Hälfte unseres Körpers zu erneuern, sehr beifallswert erscheinen lassen und um so mehr zur Nachahmung auffordern, da ein derartiger Versuch ohne alle und jede Gefahr ist. Auf keine andere Weise ist es möglich, den größten Teil unseres Körpers in so kurzer Zeit zu regeneriren und zu erneuern, als auf diese Weise. Wie sich schon theoretisch erwarten läßt und wie die Erfahrung thatsächlich beweist, werden aber auch zugleich mit dem ausgeschiedenen, bisherigen wässrigen Bestandteilen des Körpers eine Menge von untauglichen und bedingungsweise schädlichen Stoffen aus dem Körper gewaschen und heraus geschwemmt. Ferner ist das Wasser das allgemeinste Lösungsmittel, welches von allen Gasarten etwas in

sich aufzunehmen und fast alle mit Sauerstoff verbundenen (oxydirten) und weiterhin zu salzartigen (in chemischem Sinne) Verbindungen vereinigten Stoffe aufzulösen vermag. Hierdurch ist es also ganz besonders geeignet, den in dem Organismus oxydirten (verbrannten) Stoffen als Auflösungsmittel zu dienen. Aber nicht genug, daß das Wasser wie kein anderes Mittel geeignet ist, verbrauchte und abgenutzte Stoffe des Organismus, welche bei ihrem längeren Verweilen, oder durch ihre allzu große Menge, erwiesener Maßen materielle Ursachen zu schweren Erkrankungsformen abgeben können, aufzulösen und aus dem Körper herauszuschaffen, ist das Wasser auch befähigt, dies in allen Teilen des Körpers zu thun, also in universellster Weise einzuwirken; denn mit Hilfe des Wassers als Heilmittel kann man die entferntesten Provinzen des Organismus beeinflussen und die geheimsten Winkel desselben säubern. Es existirt kein einziges Medikament, von welchem wir mit Bestimmtheit wissen, daß es vollständig unverändert in das Blut aufgenommen wird, mithin geeignet wäre, eine bekannte und von uns zum Zweck der Heilung gewünschte Wirkung hervorzubringen.

Von dem Wasser wissen wir, daß es wegen seines neutralen, chemischen Verhaltens selbst in großen Mengen unverändert in das Blut aufgenommen wird und daß wir dasselbe ebendeshalb in die ferngelegenen, erkrankten Organe und in die verborgensten und verschmutztesten Winkel des Organismus zu dirigiren vermögen, damit es daselbst seine auflösende, verflüssigende, den Verkehr erleichternde, auswaschende und fortschwemmende Heilwirkung entfalte. Schon wegen der äußerst wichtigen und vielseitigen Rolle, welche das Wasser in unserem Organismus spielt, erscheint es vor allen anderen Stoffen berufen, dann, wenn jene ökonomischen Prozesse ins Stocken und in Verwirrung geraten sind, als vielvermögende, heilkräftige Arznei zu dienen. Es wurde bereits erwähnt, daß weil das Wasser, einer der wichtigsten, zusammensetzenden Bestandteile des menschlichen Organismus ist und unseren Körper beinahe zu drei Vierteln zusammensetzt, es nahe liege, dem Wasser schon in der Theorie, sowol für gesunde, wie für kranke Tage einen großen, tiefgehenden Einfluß auf die verschiedenen die Ernährung, und die Funktion unseres Organismus betreffenden Prozesse, zuzutrauen, mag dasselbe nun hierbei blos eine physikalische, oder auch eine chemische Rolle spielen, obschon wir wissen, daß dasselbe in beiderlei Richtung mächtigen Einfluß übt.

Ferner ist es ebenfalls das Wasser, welches schon in gesunden Tagen in sämtlichen Provinzen und Regionen des menschlichen Körpers das Transportmittel für den gesamten Verkehr und Stoffwechsel, für alle und jede Zufuhr und Abfuhr von Stoffen bildet. Denn wie wir weiter oben sahen, durchsetzt ein wunderbares, großartiges Netz von Kanälen die festen Gebilde des menschlichen Körpers und diese ungezählten Adern bilden die Millionen und Abermillionen von Verkehrsstraßen, von Verkehrs- und Transportmitteln, deren der Organismus bedarf, um seinen vielfältigen ökonomischen Aufgaben gerecht zu werden; denn der tierische

Haushalt erfordert, da sein Fortbestand von einem ununterbrochenen Stoffwechsel abhängig ist, einerseits eine beständige Zufuhr von Bau-, Betriebs- und Heizmaterialien und andererseits eine immerwährende Abfuhr von Schutt, von Schlacken und von Aschenbestandteilen. Zu diesem Behufe ist jedes Organ von zwei und einzelne Organe, wie z. B. die Leber, sogar von drei verschiedenen Röhrennetzen durchzogen und es werden diese Kanäle insgesamt blos wegen der charakteristischen Farbe der Bau- und Betriebsmaterialien, welche sie führen, verschieden benannt. Aber in allen diesen Verkehrsstraßen, mögen sie der Zufuhr oder der Abfuhr dienen, ist das Wasser das bei weitem vorherrschende Flüssigkeitselement, welches sowol dadurch als Transportmittel dient, daß es gewisse Stoffe in aufgelöster Form (Eiweiß = Blutplasma) mit sich fortbewegt, als auch dadurch, daß es geformte Baumaterialien (weiße Blutkörperchen) vor sich herrollt und mit sich fortreißt, während wieder andere Materialien (rote Blutkörperchen) inmitten des Flüssigkeitsstromes schwimmend, in beständigem Kreislaufe durch den Organismus geführt werden. Alles was an Blutbestandteilen aus dem großen Kraftreservoir, welches wir Blutgefäßsystem nennen, im Ueberschuß in die Binnenräume der Gewebe tritt, nämlich das über das erforderliche Maß von benötigten Bau- und Betriebsstoffen hinausgehende Mehr, wird nebst den verbrannten und verschlackten Bestandteilen der Gewebe (Gewebsschlacken) in den sogenannten Lymphräumen (Gewebslücken) und den in ihnen beginnenden Lymphgefäßen wieder gleich einem aufwärtssteigenden Saftstrome nach dem Hauptstrange dieses Schleusensystems, dem sogenannten Milchbrustgange zurückbefördert und dem Blutgefäßsystem dadurch wieder übermittelt und zurückgegeben, daß der Milchbrustgang in die große Drosselvene, (also eine dunkles Blut führende Ader) am Halse mündet. Wir sehen also, wie jedes Organ nicht nur von den reichmaschigen Netzen der Blutgefäße durchsetzt wird, sondern auch von einem außerordentlich leistungsfähigen Drainagesystem durchzogen ist, in welchem das in unseren Körper aufgenommene Wasser, sowol in gesunden, wie in kranken Tagen eine ganz besondere Rolle zu spielen berufen ist. Alle jene Stoffe nämlich, welche in kranken Tagen in krankhaftem Uebermaße aus den Blutgefäßen in die Binnenräume der Gewebe ausgeschieden wurden (Ausschwitzungen = Exsudate) und alsdann entzündliche Anschwellungen, Verhärtungen u. s. w. einzelner Organe oder Gewebspartieen bilden, können nur mit Hilfe dieser technisch äußerst vollkommen veranlagten Drainage, Lymphgefäßsystem genannt, beglichen und behoben werden; denn nachdem derartige krankhafte Ablagerungen durch reichlichere Zufuhr von Sauerstoff im Blute und eine hierdurch ermöglichte Vermehrung des Stoffwechsels und durch Wärme in andere, chemische Produkte zerlegt (oxydirt oder verbrannt) und dadurch zur Verflüssigung, Auflösung und Aufsaugung geschickt gemacht worden sind, ist es wiederum das Wasser, welches als Verflüssigungs- und Transportmittel dient, um jene verflüssigten Krankheitsprodukte in den Lymphgefäßen weiterzuschaffen, ein Akt der Wieder-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

herstellung, welchen wir als Resorptions- oder Auffaugungsprozeß zu bezeichnen pflegen und wodurch die Erweichung und Zerteilung von Verhärtungen, Anschwellungen und selbst festeren Geschwülsten zu Stande kommt. So ist es also in gesunden, wie in kranken Tagen die große wirtschaftliche Aufgabe des Wassers, in Gestalt von unzähligen Wasserstraßen eine Verbindung zwischen den Centralherden des Lebens, sowol jenen der Ernährung (Herz), wie auch jenen der Verwaltung und Administration (Hirn und Nerven) und den entferntesten Provinzen des menschlichen Körpers herzustellen, als auch durch die Verkehrsstraßen, die das Wasser vor allen Dingen dazu befähigt, entstandene Circulationsstörungen, und die sich hieraus ergebenden Verkehrshemmungen, wie sie sich ja bei jedem entzündlichen Prozeß zu etabliren pflegen, zu begleichen und die sich aus jenen Circulationsstörungen herleitenden Ernährungsstörungen, wodurch alle Lebensthätigkeiten (Funktionen) der Organe Not leiden, wieder dadurch in das Gleichgewicht zu bringen, daß etwaige, abgelagerte Stoffe nach jenen Organen transportirt werden, deren ausschließliche oder hauptsächliche Funktion es ist, jene Stoffe aus dem Körper auszuscheiden.

Ferner ist das Wasser ein ganz unvergleichliches Mittel, ja beinahe einzig in seiner Art, um sowol an einzelnen Stellen des Organismus höhere oder niedere Temperaturen herzustellen und dadurch jene chemischen Prozesse, auf welchen der Fortbestand des Lebens beruht, zu verlangsamen oder zu beschleunigen, oder, wenn dieselben in das Stocken geraten sind, wieder in Gang zu bringen, anderseits durch kühle, niedrige Temperaturen den im Blute tobenden Tumult zu sänftigen und zu dämpfen. Wie dies *örtlich* durch warme und kalte Umschläge, Bäder und dergleichen geschieht, so vermögen wir aber auch durch *Einverleibung* warmer oder kalter Getränke die Lebensprozesse unseres Körpers zu beschleunigen oder zu verlangsamen und zu verzögern oder aber ein krankhaftes Uebermaß und die gefahrdrohende Energie, mit welcher sie sich vollziehen, zu beschränken.

Was diese vielseitige, beinahe universelle Wirkung des Wassers als Heilmittel besonders in dieser Richtung zu leisten im Stande ist, wird uns erst dann im vollsten Umfange vor die Augen treten, wenn wir die *spezielle* Behandlungsweise entzündlicher Krankheiten in den Kreis unserer Betrachtung ziehen werden.

Gerade in diesem letzten Umstande liegt ein Moment von höchster Bedeutung für das Naturheilverfahren, ein Moment, welches demselben eine große Zukunft sichert, insofern das Wasser in der Hand eines *jeden Laien* ein außerordentlich wirksames und heilkräftiges Heilmittel zu werden verspricht, ohne daß der Laie fürchten muß, weder durch die innere, noch äußere Anwendung desselben irgend welchen Schaden anzurichten; denn es giebt nur einige sehr seltene Ausnahmen, (gewisse Magen- und Nierenleiden) bei denen eine das gewöhnliche Bedürfnis des Organismus überschreitende Einverleibung von Wasser nicht ratsam erscheint.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. *arzneilosen* Heilkunde.

Wie aber zu jeder Zeit, so wird auch in diesem Falle eine äußerst scharfe, überwachende Kontrole seitens des Organismus ausgeführt, so daß in jenen Fällen, bei welchen eine ansehnlich vermehrte Zufuhr von Wasser für den Körper nicht zweckdienlich erscheint, sondern im Gegenteil schädigend einwirken würde, bei mangelndem Bedürfnis des Körpers an Wasser auch das Verlangen darnach mangelt, oder bei fortgesetzten Versuchen sich ein instinktiver Widerwille geltend macht.

Aber selbst in Anbetracht einer mißbräuchlichen Anwendung von Wasser haben wir es doch immer mit einem so milden, und durch die Thätigkeit der ausscheidenden Organe (Haut, Nieren, Lunge) aus dem Organismus wieder leicht entfernbaren Stoffe zu thun, so daß bei der Seltenheit einer Gegenanzeige, das Wasser innerlich anzuwenden, und bei der Belanglosigkeit der Folgen einer selbst ungehörigen Anwendung des Wassers Einwände gegen eine ganz allgemeine Anwendung desselben vollständig unbegründet erscheinen. Dagegen werden Diejenigen, welche bei äußerlicher Anwendung des Wassers durch sehr hohe oder sehr niedere Temperaturen, durch ein Uebermaaß in der innerlichen Anwendung desselben oder durch dessen Anwendung in ungeeigneten Krankheitsfällen sündigen, also die Wasserfanatiker, auch nur dann Kranken und selbst Gesunden Schaden zufügen können, wenn sie in ihrem Fanatismus bei der Behandlung ihrer eignen Person oder Anderer die unzweideutigen, instinktiven Bethätigungen des Organismus behufs der Abwehr nicht verstehen, oder nicht verstehen wollen.

Da aber im Allgemeinen das Wasser eines der unschuldigsten, weil ganz ungefährlichen Arzneimittel ist, so ergiebt sich hieraus der weitere Vorzug bei der Anwendung des Wassers als Heilmittel, daß man dasselbe versuchsweise und probirend anwenden kann, ohne befürchten zu müssen, dadurch Schaden anzurichten. Eine derartige versuchsweise Anwendung von chemisch wirkenden Heilmitteln, also von Medikamenten oder Arzneimitteln im gewöhnlichen Sinne des Worts, Seiten des Laien ist dagegen nie ratsam, weil in vielen Fällen gefährlich, da jedes chemisch wirkende Arzneimittel (Medikament, Medizin) in der Hand des Laien mehr oder weniger ein zweischneidiges Schwert ist. Derartige probeweise Vorversuche mit der äußerlichen oder innerlichen Anwendung von Wasser sind bei andauernden, chronischen Leiden auch dann ganz vortrefflich, wenn sie vom Laien ohne allen ärztlichen Beirat vorgenommen werden, da sie oft sehr viel nützen, niemals aber etwas schaden und von **Jedermann und jederzeit und überall und sofort und ohne alle Unkosten angewendet werden können.**

Welches segensreiche Feld ärztlicher Thätigkeit eröffnet sich nicht vor allen Dingen gegenüber den Erkrankungen im zarten Kindesalter, bei denen jedes chemisch einwirkende Medikament selbst in der Hand des Sachverständigen, sobald es eine stärkere, allgemeine Einwirkung auf den kindlichen Organismus ausüben soll, zu einem äußerst gefährlichen, weil schwer in seinen Wirkungen berechenbaren

Mittel wird, während das Wasser an sich schon, oder als Träger von verschiedenen Temperaturen eine tiefgehende und allgemeine Einwirkung hervorbringt, ohne den Fortbestand des Organismus in irgend einer Weise zu bedrohen. Welche Beruhigung und welche Hoffnung ist nicht allein schon durch das Bewußtsein gegeben, daß man eins der vorzüglichsten Heilmittel überall, zu jeder Zeit, unentgeltlich und gleich zur Hand hat und dasselbe mit **gutem Gewissen** probiren darf, zumal in jenen Fällen, wo Rat und Hilfe Anderer gar nicht oder doch nicht gleich zu beschaffen ist, oder, wo vollständige Mittellosigkeit Scheu vor der Kostspieligkeit des ärztlichen Beistandes und der Medikamente erzeugt.

Welcher Segen muß sich verbreiten, wenn dadurch, daß weit mehr als die Hälfte aller Kranken sich selbst und zwar erfolgreich zu behandeln im Stande sind oder sich von Anderen, zumal von Jenen, die ihnen als nächste Angehörige uninteressirt und aus Liebe, nicht aber des Honorars wegen zugethan sind, behandeln lassen können; welch eine Errungenschaft, wenn von zehn Kindern in neun Fällen die Eltern oder andere Angehörige die krankhafte Störung durch diese oder jene Art der Anwendung von Wasser erfolgreich zu behandeln im Stande sein werden!

Die mißbräuchliche Anwendung des Wassers seitens der Wasserfanatiker kann aber niemals als triftiger Einwand gegen die allgemeinste Anwendung des Wassers als Heilmittel gelten, da der mit einer Sache getriebene Mißbrauch wol der allgemeinen Anerkennung des inneren Wertes einer Sache hinderlich sein kann, niemals aber den eigentlichen Wert derselben zu verringern im Stande ist.

Jener Mißbrauch aber, welcher notorisch hinsichtlich der Anwendung des Wassers als Heilmittel getrieben wird, liegt hauptsächlich, ja ausschließlich in der kritiklosen Anwendung von Wasser mit den verschiedensten Temperaturgraden, gerade hierin liegt die eigentlich wunde Stelle des gegenwärtigen Naturheilverfahrens, soweit dasselbe in der Behandlung von Krankheiten mit Wasser besteht; denn bei keiner anderweitigen Anwendung von Wasser kann soviel gesündigt werden und wird soviel gesündigt, als es durch die Beeinflussung des kranken und des gesunden Organismus mit Wasser von extremen Temperaturgraden geschieht. Hieraus aber wird der Mißkredit erklärlich, in welchen die Behandlung von Krankheiten mit Wasser bei einem großen Teile des Publikums gekommen ist! — —

Wässerige Geschwülste, s. Wassersucht.

Wasserkolik; dieselbe wird in leichteren Fällen wie gastrischer Zustand, in schweren wie Kolik (s. d.) behandelt.

Wasserkopf s. unter Hirnentzündung.

Wasserpocken, s. unter Pocken, unächte.

Wasserrülpsen s. Wasserkolik.

Wasserscheu s. Hundswut.

Wasserspeien s. Wasserkolik.

Wassersuchten. Die Wassersucht ist ein Leiden, bei welchem das bedeutsamste Symptom darin besteht, daß eine wässerige Flüssigkeit in verschiedene Höhlen und Zellen des Körpers sich ergießt und in Stockung gerät, in denen sie im gesunden Zustande des Körpers nicht wahrgenommen werden kann. Sammeln sich derartige Flüssigkeiten im Zellengewebe an, so nennt man dies Hautwassersucht. Diese kann entweder über die ganze Haut verbreitet sein (in welchem Falle man sie allgemeine Wassersucht nennt) oder sich auf einzelne Teile, (z. B. geschwollene Füße) beschränken. Ist diese Art des Leidens sehr schwach, so nennt man den Kranken gewöhnlich „aufgedunsen". Bei der Hautwassersucht ist die Geschwulst weich und teigig, giebt dem Drucke des Fingers nach und läßt eine Grube zurück. Die Haut ist trocken, gespannt und bleich, und es fühlt sich die Geschwulst entweder kühl oder heiß an. Der Kranke fühlt sich matt, schläfrig und ohne allen Appetit. Gewöhnlich beginnt die Geschwulst am Knöchel (wo sie sich auch dauernd am stärksten zeigt) und steigt dann aufwärts; das Gesicht ist oft aufgedunsen und die Augenlider schwellen an. Manchmal entstehen auch an den Schenkeln schmerzhafte, eiternde Geschwüre. — Andererseits kann aber auch bei im Uebrigen gesunden Personen vorübergehend Hautwassersucht auftreten z. B. bei Unterdrückung von Hautausdünstung, Durchnässen der Kleidungsstücke; ferner können feste Kleidungsstücke, enge Strumpfbänder, Nachtwachen und ähnliche ungewohnte Anstrengungen wässerige Geschwülste erzeugen; ebenso ist sie häufig eine Begleiterscheinung von Scharlach und anderen Krankheiten oder auch ein Symptom von Wassersucht innerer Organe, von Nierenentartung 2c.

Sammelt sich das Wasser in der Brusthöhle, so bezeichnet man diesen Zustand mit Brustwassersucht. Die Erkennung derselben ist schwer und kann nur durch die genaue Untersuchung festgestellt werden. Man kann auf dieses Leiden mit einiger Sicherheit schließen, wenn sich bei einem Menschen bei übrigens guter Gesundheit und ohne andere vorhergegangene Krankheiten schwerer Atem und Hüsteln, zunehmende Engbrüstigkeit sich zeigt, wenn das Sprechen oft vom Husten unterbrochen wird und der Kranke nicht tief Atem holen kann und wenn endlich Fieber, plötzliches Erwachen aus dem Schlafe und Erstickungsanfälle noch hinzutreten. Der Husten ist gewöhnlich noch gefolgt von einem schäumenden, blutgestreiften Auswurfe; und es findet eine Zunahme der Beschwerden bei Tieflage des Oberkörpers, eine Erleichterung bei Aufrechtsitzen statt. — Bei der Bauchwassersucht sammelt sich die Flüssigkeit frei in der Bauchhöhle. Es findet hier in der Regel eine gleichmäßige, anfangs gespannte, weiterhin nachgiebige Auftreibung des Unterleibes statt, welche stets der sich veränderten Lage des Kranken folgt. Legt man die flache Hand auf die eine Seite des Bauches und schlägt mit der andern leicht an die entgegengesetzte Seite, so kann man deutlich die Bewegung des Wassers und den Gegenschlag der Welle fühlen. Der Kranke klagt über Völle in der

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Magengegend und sonstige Verdauungsbeschwerden; der Stuhl ist unregelmäßig und fest, der Harn dunkelfarbig und sparsam. Es treten bald weitere Anschwellungen hinzu, der Atem wird schwer, der Schlaf bleibt aus, die Haut wird spröde und der Kranke klagt über großen Durst. Häufig gesellt sich auch noch Hautwassersucht und endlich ein zehrendes Fieber hinzu. — Die Ursachen dieser Wassersucht sind gewöhnlich schwere Störungen in der Thätigkeit der Unterleibsorgane mit den daraus entstehenden weiteren Leiden; ferner Gelbsucht, unregelmäßige Gicht, häufige Erkältungen, der Genuß schwerer Weine, sowie überhaupt spirituöser Getränke; endlich direkte Verletzungen des Unterleibes durch Stoß, Fall u. s. w. Die Naturheilung der Bauchwassersucht geschieht gewöhnlich durch Eintritt der monatlichen Blutung, der Hämorrhoidalblutung, durch Erbrechen oder Durchfall; doch kann man nicht eher von einer völligen Gesundung eines Kranken sprechen, als bis die Haut nicht mehr trocken, spröde und pergamentartig ist, sondern sich wieder weich und ausdünstend zeigt und keinerlei Verdauungsbeschwerden mehr vorhanden sind. — Die Krankheit ist zu Rückfällen sehr geneigt, weil eben ursächlich eine hochgradige Schwächung der Unterleibs-Verdauungsorgane vorausging, und diese Organe wegen der täglich notwendigen Anstrengung zu einem Ausruhen in ihrer Thätigkeit selbst bei mildester und vorsichtigster Diät wenig kommen können. Oft auch ist die Bauchwassersucht entzündlichen Charakters. Sie tritt dann auf nach entzündlichen Krankheiten oder infolge unterdrückter Blutflüsse und hat alle Anzeichen einer Unterleibsentzündung.

Ansammlungen von Flüssigkeit in anderen Teilen des Körpers nennt man ja nach den verschiedenen Orten Hirnwassersucht (s. d. unter Hirnentzündung), Herzbeutelwassersucht, Gebärmutter-, Eierstockswassersucht ꝛc. Man vergl. auch den Art. Harnruhr. — Jede Wassersucht kennzeichnet sich dadurch, daß der Harn spärlich, die Haut trocken und der Stuhl träge ist.

Ueber die Ursachen aller Wassersuchten ist zu bemerken: In allen Höhlungen des Körpers, desgleichen in den Millionen von Zellen des Zellengewebes sind zahllose Mengen von Haargefäßen welche ohne Unterlaß eine wässerige Flüssigkeit in dunstförmiger Gestalt von sich geben, durch welche Thätigkeit alle Verrichtungen der einzelnen Teile leichter von Statten gehen, indem ein Aneinanderdrücken derselben verhütet wird. Daneben befinden sich Gefäße, welche eine einsaugende Thätigkeit entfalten, indem sie jenen Dunst in sich aufnehmen und in die allgemeine Blutmasse überführen. Befinden sich nun die genannten Gefäße in einem irgendwie gereizten, überanstrengten, überhaupt geschwächten Zustande, so findet bei den ersteren eine zu reichliche Aushauchung, bei den letzteren eine zu sparsame Auffaugung statt; der Dunst verdichtet sich zu Wasser, und den sich daraus ergebenden Zustand nennt man dann Wassersucht. — Das dieser Art eintretende Mißverhältnis der aushauchenden und einsaugenden Gefäße nimmt gewöhnlich in einer Störung der Ernährungswerkzeuge seinen Ursprung. Direkte Veranlassung dazu bilden: unterdrückte Hautausschläge,

Absonderungen von Haut und Nieren, sowie Durchfälle; ferner gichtische Ablagerungen und heftige Erkältungen; ferner mancherlei organische Fehler, Verstopfung, Verhärtung und Vereiterung der Drüsen, der Leber, Milz ꝛc., Lähmungen, Ruhr, Harnruhr, zurückgebliebene Schwäche nach allen mit Säfteverlusten verbundenen Krankheiten; endlich der Misbrauch geistiger Getränke; der fortdauernde Genuß verdorbener, schlechter Speisen; feuchtes Klima, Arbeiten an feuchten Orten und schließlich Gemütsbedrückungen anhaltender Art. Eine gewisse Vor-Begünstigung des Leidens ist gegeben durch phlegmatische, träge Körperbeschaffenheit mit besonderer Unthätigkeit der Lymphsysteme, sowie ein aufgedunsener, dickleibiger, dabei in den Muskeln schlaffer Körper.

Behandlung. Die Wassersucht gehört ebenfalls zu dem großen Heere jener Krankheiten, die viel leichter verhütet als geheilt werden können. Nicht mit Unrecht sagt Oertel: „Wer das Wasser sucht, bekommt keine Wassersucht!“ also wer immer dafür sorgt, daß sowol durch stetes Offenhalten der Hautporen als durch Verdünnung des Säftestromes der Körper stets nach Bedarf ausscheiden kann und die Lymphsysteme in ununterbrochener Thätigkeit bleiben — der wird weder schwere chronische, Wassersucht im Gefolge habende Leiden, noch vorübergehende Wassersucht bekommen. Veraltete Formen dieses Leidens finden, soweit die Erfahrungen reichen, nur sehr selten Heilung und es liegt ja auch auf der Hand, daß, wo eine völlige Zersetzung und demgemäße Entartung der Gewebe vorangegangen ist, auch die arzneilose Heilkunde nichts mehr zu thun vermag als höchstens die Schnelligkeit des Entwicklungsprozesses etwas einzudämmen und die Beschwerden des Kranken zu lindern. Immer halte man fest, welche Ursachen in dem gegebenen Falle die Wassersucht bewirkten und halte sich an die Behandlung derselben. Liegen heftige Erkältungen vor — nun, so wird man mit den bekannten Schwitz-Maßnahmen der Wasserheilkunde die Rückführung der Blutbewegung in die gewohnte Ordnung herzustellen suchen. Unterdrückte Hautausschläge (z. B. Scharlach) suche man sofort wieder herbeizuführen; bei Nierenerkrankungen behandle man diese Organe mit Kompressen und suche sie im Uebrigen nicht durch vieles und erschlaffendes Getränk noch mehr zu reizen. Ausgenommen bleibt davon stets das kühle Quellwasser, denn als Getränk erfrischt es die kranken Organe und hebt die Fähigkeit des Körpers, neue Kräfte zu treiben. Aeußerlich dagegen wende man das Wasser mit Vorsicht, d. h. mit genauer Berechnung der Widerstands- und Leistungsfähigkeit der betreffenden Natur an. Denn zu starke Reize der kranken Stellen wie sie z. B. durch hohe Kältegrade oder zu oft wiederholte Behandlung gegeben sind, könnten dort Geschwüre erzeugen, welche dann leicht einen brandigen Charakter annehmen — sobald völlige Säfteentmischung bereits voraufgegangen ist. Alle äußeren kalten Maßnahmen erscheinen somit bei der Behandlung des vorliegenden Leidens als verwerflich. Milde Dünstungen mit nachfolgenden kühlen Abreibungen werden nicht nur im allgemeinen den Stoffwechsel anregen, sondern auch direkt die auf-

gesammelten Flüssigkeiten auf natürliche Weise zur Ausscheidung bringen. Wird damit ein streng diätetisches Verfahren und eine die Ausscheidung der Lymphdrüsen anregende Massage des ganzen Körpers verbunden (vgl. Massage), so darf man hoffen, in schweren Fällen zum mindesten Linderung zu erzielen. Man vergl. auch den Art. Eiweißharnruhr. Bezüglich der Diät ist noch zu beachten, daß dieselbe vorwiegend Trockendiät sein, und aus diesem Grunde auch alle jene Speisen und Getränke ausschließen muß, welche nur irgendwie das Verlangen nach reichlichem Trinken erzeugen, beziehentlich stärken. Andererseits sollen Spargel und Petersilie in möglichst reichlichen Mengen genossen werden, weil sie in einfachster, mildester Weise die Thätigkeit der Nieren, also des hauptsächlich in Betracht kommenden Organs, anregen. Die Massage leistet bei der Wassersucht ganz vorzügliche Dienste, sobald der Masseur Geduld und Kraft genug besitzt, die Behandlung stundenlang auszuüben. So hatte der Herausgeber vor einiger Zeit einen Fall in Behandlung, bei dem er einen hochgradig wassersüchtig angeschwollenen Bauch (Umfang 2 m; der Hoden hatte Mannskopf-Größe erlangt) nach 4stündiger Massage bis auf den fünften Teil seines Umfanges zurückmassirt hatte. Der betreffende Kranke, welcher nach Aussage dreier Aerzte nur noch 2 Stunden Lebenszeit haben sollte, lebte darnach noch $3^1/_2$ Monat, und hätte zweifellos noch eine größere Lebensdauer gehabt, wenn nicht seine Angehörigen, um „recht schnell zu helfen", eines Tages dem Kranken wieder allopathische Mittelchen eingaben. Doppelt hält gut — dachten sie; da starb ihnen der Kranke binnen wenigen Stunden.

Akute Fälle der Wassersucht können durch naturgemäße Behandlung stets gründlich geheilt werden, sobald der Kräftezustand des Kranken nicht zu tief gesunken ist. Von der Höhe oder Tiefe desselben hängt es auch ab, ob man die Behandlung milder oder eingreifender gestalten darf. Im allgemeinen wird dieselbe erregend und kräftigend sein müssen, da eine erhöhte, zum Teil selbst fieberhafte Lebensthätigkeit schon von selbst für die Aufsaugung der durch das Darniederliegen derselben Thätigkeit entstandenen Flüssigkeiten sorgt. Die Heilung der akuten Wassersucht, kann also nur durch eine lebhafte, durchgreifende Umstimmung der gesamten Mischungsverhältnisse des Organismus erzielt werden mit besonderer Berücksichtigung der Funktionen der Haut, der Nieren und der Verdauung. Im Einzelnen kommen in Betracht: Schwitzen oder vielmehr Dünsten in trockenen wollenen, oder leichten leinenen Tüchern; erregende Umschläge um die betreffenden Teile, länger andauernde Sitzbäder (zur Anregung und Beförderung der Funktionen des Unterleibes), kühle Klystiere, Kompressen auf die Nieren, häufiges Reiben der betreffenden Stellen mit feuchtkühlen Händen und endlich eine Diät wie oben angegeben. Außerdem soll der Kranke nach Möglichkeit an die frische Luft und sich in derselben körperlich bewegen, damit die kraftspendenden Maschinen des Körpers, die Muskeln, ebenfalls an der allgemeinen Regulirung der Haushaltverhältnisse das Ihrige mitbeitragen.

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Zur Verhütung von Rückfällen suche man alle jene Versündigungen gegen die Natur zu vermeiden, welche die Wassersucht ursprünglich herbeiführten. Man befleißige sich einer allgemein anregenden, thätigen, zugleich abhärtenden Lebensweise und suche durch naturgemäße, nicht zu üppige, nicht zu einseitige Nahrung das rechte Mischungsverhältnis der Säfte des Körpers zu erhalten.

Wassertrinken. Wie wir schon weiter oben (s. Wasser) sahen, wo wir das Wasser in seiner Eigenschaft als Heil-Erhaltungs- und diätetisches Mittel kennen lernten und seine vielseitigen Eigenschaften besprachen, ist es als Getränk von unschätzbarem Werte und zwar sowol für Kranke als auch für Gesunde. Es giebt keine andere Flüssigkeit, welche so ohne jede Bedenken vor irgend welcher Gefahr jedem Kranken in jeder Krankheit gereicht werden kann, als Wasser. Es ist das belebende, anregende Element für sämtliche Systeme des Körpers und kann als Getränk in vielen Krankheiten ganz für sich allein die kritische Wendung zum Besseren und somit die endgiltige Heilung herbeiführen. — So einfach nun allerdings die Thätigkeit des Wassertrinkens zu sein scheint, so wenig richtig wird sie von Unzähligen ausgeübt, und sind hiermit durchaus nicht die Wasserscheuen, sondern vielmehr gerade die Liebhaber des Wassers gemeint. Es wird häufig zu viel, zu kühl oder zu lau, noch häufiger zu unrichtiger Zeit getrunken, ganz wie es der hier besonders stark zum Ausdruck kommende Naturwille verlangt. Denn die Natur weiß ganz genau, wieviel sie braucht, und ein fiebernder Patient kann sich nie, selbst beim Genusse des kühlsten Wassers nicht, erkälten. Im gesunden Zustande trinke man nicht bei erhitztem Körper, oder behalte hierbei das kühle Wasser bis zu etlicher Erwärmung im Munde; man trinke auch nicht nach dem Essen, es sei denn frisches, kohlensäurereiches Quellwasser. Man trinke überhaupt nicht mehr, als der Körper mit starkem Willen verlangt, d. h. man zwinge ihm nicht mit dem Verstande Wasser auf, wie es die Wasserfanatiker mit Vorliebe thun. Man trinke früh und abends in den nüchternen Magen ein halbes Glas frisches Wasser schluckweise zur Stärkung der Verdauungswege; wenn jedoch im Uebrigen die Natur den Genuß des kühlen Wassers ablehnt, und mehr Neigung zum temperirten zeigt, wie beispielsweise bei Quecksilbervergiftung, so folge man ihren Winken, ohne sich durch allerhand Theoretiker irre machen zu lassen. Schließlich bedenke man, daß das den Bewohnern der Großstädte allein zur Verfügung stehende Leitungswasser besonders im Sommer leicht in Zersetzung übergeht, und genieße dasselbe dann lieber mit etwas säuerlicher Limonade vermischt, um Typhus und andere Krankheiten zu verhüten.

Wechselfieber. Das die Wechselfieber-Erkrankungen hervorrufende Gift ist miasmatischer Natur, da dasselbe in der Luft enthalten ist und mit dieser eingeatmet ist. Die das Wechselfieber erzeugende Sumpfluft (Malaria) ruft besonders in der Milz und der Leber Vergiftungserscheinungen hervor. Die Krankheit kann jedoch nicht von einem Menschen auf den andern übertragen werden. Thatsache scheint das Eine zu sein, daß ein noch

unbekanntes Zersetzungsprodukt pflanzlicher Stoffe den Ansteckungsstoff bildet und als solcher wirkt, wenn neben diesen Zersetzungsprozessen zugleich auch eine reichliche Wasserverdunstung stattfindet. Daher sind sumpfige Gegenden, und zwar hauptsächlich in der warmen Jahreszeit oder im Herbst die eigentlichen Brutstätten der darnach benannten Sumpffieber. Jedoch kann dasselbe auch an Gegenden auftreten, welche anscheinend trocken sind, aber einen sumpfigen Untergrund haben. In diesem Falle tritt das Sumpffieber gewöhnlich dann auf, wenn der Boden umgeackert oder anderweitige Erdarbeiten vorgenommen werden. Die Ausnahmen, daß Einzelne unempfänglich gegen das Malariagift sind, ist sehr selten. Im Uebrigen werden jüngere Personen und Solche, die erschöpft sind oder bei denen sonstige körperliche Störungen vorhanden sind, oder die aus einer gesunden in eine Fiebergegend einwandern, leichter vom Fieber befallen als andere. In den mittleren Klimaten wird hauptsächlich die Milz, in heißeren die Leber krankhaft verändert. Man unterscheidet verschiedene Formen, die jedoch für die naturgemäße Behandlung nicht von Belang sind. Der Hauptcharakter des gewöhnlichen Wechselfiebers besteht darin, daß einzelne Stadien bei einem bezüglichen Anfalle deutlich zu unterscheiden sind, indem zuerst das Froststadium, alsdann das Hitzstadium und endlich das Schweißstadium auftritt, und sich alsdann ein leichtes fieberfreies Wohlbefinden einstellt.

Einem ersten Anfall des eigentlichen Wechselfiebers gehen gewöhnlich erst mehrere Wochen lang Benommenheit des Kopfes, Ziehen in den Gliedern und Verdauungsbeschwerden voran, bis sich plötzlich ein Frostanfall mit darauffolgender Hitze sowie Schweiß einstellt. Der Frostanfall steigert sich nicht selten bis zu einem hochgradigen Schüttelfrost, der selbst stundenlang dauern kann, wobei sich die Bluttemperatur um 2—3 ° C. erhöht, und die Milz anschwillt. Außerdem sind große Mattigkeit, Ziehen in den Gliedern, Kopfschmerz und Brechreiz vorhanden. — Das Hitzstadium bringt nicht, wie man erwarten könnte, eine Temperaturerhöhung des Blutes mit sich, sondern die Bluttemperatur fällt vielmehr sehr oft. Dagegen hat der Kranke das Gefühl von einströmender Wärme in die Haut; die Haut rötet sich, der Puls wird voll, der Kopfschmerz vermehrt sich und es tritt heftiger Durst auf. Die bis dahin unterdrückte Harnabsonderung stellt sich wieder ein. Auch das Hitzstadium dauert mehrere Stunden. — Hierauf folgt das Schweißstadium, in welchem ein überaus heftiger Ausbruch von strömendem Schweiße erfolgt; der Puls wird ruhig, die Bluttemperatur sinkt und es werden reichliche Mengen von klarem, oder einen starken Bodensatz bildenden Harn entleert. Es stellt sich Schlaf ein; der Kranke fühlt sich matt, aber im Uebrigen wohl. Nunmehr tritt eine Pause des Fieberanfalles mit mehr oder weniger vollständigem Wohlbefinden ein, die je nach dem Typus des Fiebers 1—3 Tage dauert, worauf ein neuer Fieberanfall folgt. — Diese Art von Wechselfieber, welche alle 48 Stunden, also einen Tag um den andern auftritt (Tertianfieber), findet sich neben jener Form, die täglich

auftritt, am häufigsten, seltener sind diejenigen Formen, bei welchen je 2 fieberfreie Tage zwischen den Fieberanfällen liegen (Quartanfieber). In den meisten Fällen treten die Anfälle in den Vormittagsstunden auf, während bei andern fieberhaften Krankheiten die stärksten Fiebererscheinungen gegen Abend (zwischen 5 und 7 Uhr) stattfinden. Die einzelnen Anfälle treten entweder genau zu derselben Stunde ein, oder jeder neue Anfall tritt um eine bestimmte Zeiteinheit früher oder später ein.

Außer den gewöhnlichen Wechselfieber treten bisweilen noch andere Formen einer Malariavergiftung auf, z. B. das sog. larvirte Wechselfieber, welches hauptsächlich in Form von Neuralgieen (Nervenschmerzen) des Gesichtes, des Magens und anderweitiger Nervengeflechte sich geltend macht, die ebenso wie das gewöhnliche Wechselfieber, in einer bestimmten Stunde, begleitet von Aufstoßen oder Erbrechen, eintreten. Als bösartiges Wechselfieber bezeichnet man jene Form, welche unter so heftigen Krankheitserscheinungen auftreten, daß sie das Leben bedrohen. So kann z. B. der Fieberfrost so heftig sein, daß Blutstockungen in den inneren Organen auftreten, oder es können sich Krämpfe, Delirieen, Schlummersucht und Lähmungen hinzugesellen. Unter Malariasiechtum (Kachexie) versteht man jenen chronischen Zustand von Siechtum, Schwäche und Abmagerung, welche die Wechselfiebererkrankungen, die lang andauern, nicht selten zurücklassen, und die weiterhin zu Krankheiten der Milz, der Leber, der Nieren, des Gehirns, oder allgemeiner Wassersucht führen.

Behandlung. Durchblättert man unsere das vorliegende Leiden betreffende Literatur, so muß man auch hier die vielleicht nur Theodor Hahn's Lehrbuch ausschließende Thatsache annageln, daß viel zu viel über das Wesen der Krankheiten geschrieben und gedacht wird. Und doch ist dieses Krankheitswesen die Grundlage der arzneilosen Behandlung; und doch vereinfacht dasselbe auf die einfachste und sicherste Weise den Standpunkt, welchen wir der Erkrankung gegenüber einzunehmen haben.

Machen wir uns also zuvörderst klar, was das Wechselfieber nach allen seinen Erscheinungen eigentlich ist. Es ist demselben eine allgemeine und tiefgehende Blutvergiftung durch gasförmige Stoffe voraufgegangen; somit ist das Malariafieber ein kraftvoll von der Natur aufgenommener Kampf gegen die bestehende Blutveränderung, welche ursächlich in der die Säftebildung regulirenden Milz ihren Anfang und Fortgang nimmt. Die regelmäßige Wiederkehr des Kampfes scheint dem Wesen des Blutumlaufs zu entsprechen und demgemäß bei verschiedenen Personen verschieden. Die Heftigkeit des Kampfes ist bedingt durch die Stärke der schädlichen Beeinflussung sowie durch den in dem kämpfenden Organismus vorhandene Naturheilkraft; endlich die Bösartigkeit des Kampfes und die oft Jahre dauernden üblen Nachwirkungen desselben dürften einzig und allein den verderblichen, unheilvollen Wirkungen des Chinins zuzuschreiben sein. — Man vergleiche, um sich dies alles recht verständlich zu machen, den Artikel über das Fieber, und man wird dann voll und ganz ermessen können, welches Verbrechen gegen die eigene Natur mit jenem das Fieber

unterdrückenden Gifte begangen wird. Chinin ist ein herzlähmendes Gift, und doch muß gerade beim Wechselfieber das Herz außerordentliche Leistungen vollbringen, um den großen Aufruhr des Blutes zu erzeugen, der notwendig ist, um durch Schweißbildung das eingedrungene miasmatische Gift wieder zu entfernen. So wird durch das Chinin der Natur ein Knittel vor die Füße geworfen, und wer darf sich dann wundern, daß sie darüber stolpert und in jahrelangem Siechtum dem betreffenden Individuum den Kampf abzwingt, welcher ihr zu jener Zeit, als er am notwendigsten war, nicht gestattet wurde? Somit erscheint es auch leicht erklärlich, daß alle Diejenigen, welche nur wenig oder aber gar kein Chinin erhielten, nach überstandener Krankheit nicht blos von dieser, sondern noch manchen andern, die durch Stockung im Blutumlauf ursächlich hervorgerufen worden waren, als geheilt betrachtet werden konnten. Daher wird das Malariafieber von der arzneilosen Heilkunde durchaus in keiner speziellen Weise, sondern wie jedes andere Fieber behandelt werden, d. h. unterstützen, so lange es nicht voll zum Ausbruch gelangen kann, und beruhigend, mäßigend, sofern es die Grenzen der Körperkraft zu überschreiten droht. Man wende daher alles an, was im Kapitel Naturheilverfahren unter dem erregenden und dem beruhigenden Verfahren gesagt worden ist, sorge aber im Uebrigen dafür, die eigentliche krankmachende Ursache festzustellen und den Kranken der fortlaufend einwirkenden, sich stetig erneuernden verderblichen Beeinflussung derselben zu entziehen, also Veränderung von Luft und Trinkwasser herbeizuführen. Man öffne alle Thore des Körpers, durch welche hindurch eine Ausscheidung möglich ist: man gebe Schwitzpackungen des ganzen Körpers, um die Haut weich und elastisch und ausscheidungsfähig zu machen; Kompressen auf die Nieren, Klystiere für den Darmkanal, und verwende Trinken von kühlem reinen Wasser oder Limonaden für die Speiseröhre und leichteste, kühlende Speisen für den Magen. Man massire die Milz und Leber, die hauptsächlichst belasteten und übermäßig arbeitenden Organe, um sie zu entlasten, und achte überhaupt auf alle Winke der Natur, halte keinen derselben für geringfügig, und fühle sich nicht als Herrn und Beherrscher der Krankheit, sondern nur als regulirenden Beamten für den sich vollziehenden, Heilung erstrebenden Kampf der Natur. Noch speziellere Vorschriften würden eine Schablonen-Behandlung bedeuten, wie wir sie erst oben verurteilten.

Weibertripper, ist eine dem männlichen Tripper (s. d.) sehr ähnliche, doch viel weniger beschwerliche Erkrankung der Harnröhre. Die Behandlung ist genau dieselbe wie bei jenem.

Weibliche Leiden s. unter Gebärmutterkrankheiten, Schwangerschaft, monatliche Reinigung.

Weibliche Periode, s. monatliche Reinigung.

Weichselzopf. Hierunter versteht man eine besonders in Rußland und Polen öfter vorkommende Krankheit, bei welcher sich unter vorhergehenden Kopfschmerzen Fieberbewegungen, allgemeinem Unwohlsein, und Augenentzündung die Haare zu einem unentwirrbaren Knäuel verfilzen.

Auch findet eine vermehrte Absonderung der Talgdrüsen statt, sodaß die Haare verkleben und sehr übelriechend werden. Außerdem entwickeln sich auf dem Haarboden Hautausschläge, Pilzwucherungen und tierische Schmarotzer aller Art. Man kennt eine doppelte Art des Weichselzopfes, nämlich eine solche, welche von bloßer Unreinlichkeit entsteht, und eine andere, wo sich der Weichselkopf bei den reinlichsten Personen entwickelt, indem ihm auf dem behaarten Teile des Kopfes die Absonderung einer übelriechenden, schweißartigen Feuchtigkeit vorangeht, und eine Verfilzung der Haare und die Bildung des Weichselzopfes hervorruft. Hiernach verschwindet das allgemeine Unwohlsein, welches vorausgeht und dessen Ursachen unbekannt sind, und es werden die entstandenen Haarwülste weiterhin von den nachwachsenden Haaren abgestoßen. Daß es sich bei dieser echten Art des Weichselzopfes nicht blos um äußere Ursachen, also auch nicht um einen aus Pilzschmarotzern sich herleitenden Ursprung handelt, geht daraus hervor, daß sich bei Tieren, welche von dieser Krankheit befallen werden, der Weichselzopf, wenn er abgeschnitten wird, trotz größter Reinlichkeit immer wieder von Neuem bildet, solange jene krankhaften Ausschreitungen fortbestehen.

B e h a n d l u n g. Wie aus dem Gesagten ersichtlich, ist der Weichselzopf, wenn man auch seine eigentlichen Ursachen noch nicht kennt, kein rein örtliches, sondern ein konstitutionelles, also durch die zur Zeit vorhandenen, nicht regelrechten, körperlichen Verhältnisse bedingtes. Demgemäß wird auch eine rein örtliche Behandlung — vorausgesetzt, daß in dem gegebenen Falle die allgemeinen Ursachen sehr tief liegende oder erschwerende sind — wenig oder gar nichts helfen, sondern sogar, da doch ein Ausscheidungsbestreben der Natur vorliegt, diese Ausscheidung, somit das Leiden, örtlich noch verstärken. Man wende daher Allgemeinbehandlung und zwar eine die Ausscheidung unreiner Säfte nach jeder Seite anregende und unterstützende, an. Und da die arzneilose Heilkunde Spezifika, also auf jede einzelne Krankheit besonders zugeschnittene Heilmittel, nicht kennt, so gilt hier dasselbe, was unter ähnlichen Ausscheidungskrankheiten bereits gesagt wurde. Vergl. daher H a u t k r a n k h e i t e n, K o p f g r i n d, und G r i n d.

Weißblütigkeit (Leukämie). Die Milz gilt als ein blutbereitendes Organ, wiewol das Wesen der Blutbereitung selbst noch sehr wenig aufgeklärt ist. Während unter normalen Verhältnissen die Zahl der roten Blutkörperchen die der weißen um das 350fache übertrifft, so zeigt die Anzahl der weißen Blutkörperchen im Verhältnis zu den roten bei der Weißblütigkeit 1 : 5 oder selbst 1 : 2, sodaß das Blut nicht mehr rot sondern milchig aussieht. Die Milz, die Lymphdrüsen und das Knochenmark gelten als Bildungsheerde der weißen Blutkörperchen. Bei der in Rede stehenden, in der Milz ihren Ursprung habenden Weißblütigkeit (Leukämie) ist die Milz ganz bedeutend vergrößert. Bei der in den Lymphdrüsen ihren Sitz habenden Form schwellen die Lymphdrüsen der Achselhöhle, des Halses und der Leistengegend, später auch die im Innern

gelegenen bis zur Größe eines Gänseeies an, in noch weit höherem Maße die im Gekröse der Unterleibshöhle liegenden. Die Bleichsucht unterscheidet sich von der Weißblütigkeit, daß nicht blos die Anzahl der roten Blutkörperchen, sondern auch ihr Gehalt an Farbstoff verringert ist. — Die Ursachen des Leidens sind noch wenig bekannt, doch scheinen schädliche Beeinflussungen durch Berufsthätigkeit, übermäßige geistige und körperliche Anstrengungen, ferner Störungen in den weiblichen Geschlechtsfunktionen ꝛc. dabei eine Rolle zu spielen. — Die Entwicklung des Leidens ist allmälich und schleichend; die Anschwellung der Milz und der Lymphdrüsen geschieht schmerzlos; allgemeine Mattigkeit und Schlaffheit der Muskeln erschweren die Körperbewegungen. Später treten wegen Schwäche der Gefäßwandungen in den verschiedensten Körperregionen umfangreiche Blutungen auf. Der Patient magert sehr ab und es entwickelt sich endgiltig allgemeine Wassersucht.

Behandlung. Die Weißblütigkeit gilt allopathisch als unheilbar. Zieht man jedoch in Betracht, daß dieselbe in erster Linie in einem Mangel des Blutes an Ernährungsmaterial, also an Sauerstoff, und sodann in einer die Harmonie des Organismus störenden Thätigkeit der Milz besteht, so kann man in diesen beiden Thatsachen wichtige Fingerzeige für eine naturgemäße Behandlung des Leidens finden. Und in der That erzielten wir bei einem Patienten, der an bereits fortgeschrittener Leukämie litt, durch Verordnung warmer Bäder, überhaupt (auch in der Kleidung und im Essen) warmen Verhaltens, (vegetarischer vorzüglich in trockenen Gemüsen bestehender, also blutbildender) Diät, ferner täglich mehrmaliger Atemgymnastik in reiner, sauerstoffreicher Luft und endlich täglich halbstündiger Massage von Milz und Leber die besten Erfolge. Eigentümlich beim Verlaufe der Heilung war, daß bei steigender Kräftezunahme an den verschiedensten Teilen des Körpers Geschwüre auftraten, aus denen also — von unserem Standpunkte aus betrachtet — die angesammelten Krankheitsstoffe, kraft der gesteigerten Widerstandsfähigkeit der Natur, aus dem Organismus ausgeschieden wurden.

Weiße Kniegeschwulst s. Kniegeschwulst.

Weinkrämpfe s. unter Hysterie.

Weißer Fluß (chronischer Gebärmutterkatarrh). Derselbe besteht in einem andauernden Ausfluß weißer oder gelblicher Schleim- oder eiterähnlicher Massen, und hat entweder örtliche Ursachen oder ist die Folge eines Allgemeinleidens. Der Ausfluß ist gewöhnlich schmerzlos, erzeugt aber nicht selten Wundheiten der Scham und der Innenfläche der Schenkel. Dabei sind ziehende Schmerzen in der Kreuzgegend und ein Gefühl von Schwere und Vollsein des Unterleibes vorhanden. Außerdem ist gewöhnlich Stuhlverstopfung bestehend und die Absonderung des Harnes verursacht Brennen. Ebenso ist die Menstruation gestört, oft unregelmäßig und verzögert oder nur als blutig gefärbter weißer Fluß auftretend. Auch das Allgemeinbefinden leidet; das Blut verarmt, die Kranken fühlen sich matt und magern ab, die Haut ist trocken und die Augen sind von blauen

oder bräunlichen Ringen umgeben. Das Aussehen der Kranken ist blaß, und es besteht mangelnde Eßlust. Alles in Allem ist also die Ursache des Weißen Flusses (aus irgend welchen Gründen herbeigeführte) Ueberreizung und demzufolge Schwächung der befallenen Teile. Dementsprechend muß nun auch die

Behandlung des Leidens stattfinden, welche also vorwiegend erstens in einer Schonung und sodann in einer direkten Stärkung derselben zu bestehen. Das erste Erfordernis wird am besten erreicht durch Vermeidung derjenigen Ursachen, welche die Ueberreizung ursprünglich herbeiführten: Also durch Einschränkung des vielleicht übermäßig ausgeübten Beischlafes, oder aber — falls ungenügende Ausübung desselben stattfand, — durch volle Befriedigung desselben. Ferner durch Herbeiführung eines leichten und regelmäßigen Stuhlganges (s. d. Art. Verstopfung), da die Reizung häufig durch den gefüllten und demzufolge härtlichen Mastdarm entweder erzeugt oder aber verstärkt wird. Endlich durch Beeinflussung, Anregung und Verbesserung der allgemeinen Säfte, durch Massage der Leber, als ursächliche Quelle des den Unterleib beherrschenden Pfortadersystems. Welche Veranlassungen aber auch vorliegen mögen, so werden unter allen Umständen die Sitzbäder eine ganz hervorragende Anteilnahme an der Herbeiführung des gesunden Zustandes haben. Denn sie wirken sowol entzündungswidrig-kühlend auf etwaige bestehende entzündliche Zustände, als auch anregend auf die betreffenden erschlafften Organe; sie wirken beruhigend auf die Nerven-Ausgangspunkte des Rückenmarks; sie regen die Muskulatur der Darmwandungen belebend an; sie führen frische und kräftige Blutströme an die die Gebärmutter haltenden Mutterbänder, wodurch sie dieselben erstarken, und ihre Aufgabe — das Mutterorgan in der richtigen Lage zu erhalten — vollwertiger erfüllen lassen; sie stärken die Muskeln der Blasenöffnung, die durch den bestehenden Harndrang zu einer Ueberanstrengung gezwungen waren; sie durchspülen und reinigen endlich auf mildeste und einfachste Art und Weise die äußeren Geschlechtsorgane sowie den After. — Was die Temperatur der Sitzbäder anbelangt, so sind dieselben der körperlichen Verfassung anzupassen. Bei großem Wärmemangel wird man nicht unter 26 ° R. gehen dürfen bei einer Dauer von 15—25 Minuten. Immer ist hierbei das Wolgefühl der Patientin während des Bades entscheidend! Kann dieselbe kühlere Temperatur ohne Frostgefühl ertragen, und thuen ihr dieselben gut, so fange man mit 25 ° an und gehe allmälig noch weiter herunter. Je kühler die Temperatur, desto kürzer soll die Dauer des Sitzbades sein, kann jedoch mindestens 5 Minuten währen, andernfalls es nur erregend wirken würde. Bei den wärmeren Graden versäume man nicht, nach dem Bade eine feucht-kühle kräftige Abreibung von Kreuz, Unterleib und Oberschenkel vornehmen zu lassen. Man lasse aber auch nicht zu viel Sitzbäder nehmen; bei innerlich bestehender Entzündung machen in den ersten Tagen täglich zwei sich notwendig; darnach nur jeden Abend eins. Besteht keine Entzündung, sondern soll eine An-

regung und Stärkung erzielt werden, so lasse man nur einen Abend um den anderen ein Sitzbad nehmen; an den dazwischen liegenden Abenden, resp. Nächten jedoch einen Leibumschlag, damit die betreffenden Organe in der Dunstung sich dehnen und biegsamer und geschmeidiger zur etwaigen direkten Behandlung (z. B. innerliche Massage bei Senkung oder Knickung der Gebärmutter) gemacht werden; außerdem aber die Lymphdrüsen des Unterleibes ihren ungesunden Inhalt entleeren, wozu sie bei blutarmen Personen nur durch feuchte Wärme oder Massage veranlaßt werden können. An jedem Morgen soll sodann unter genügendem Schutze vor Erkältung eine feuchtkühle Abreibung des ganzen Körpers mit nachfolgender Frottierung ohne Überanstrengung (Übermüdung) der Patientin vorgenommen werden und dieselbe sich darnach warm kleiden und eine nicht sitzende Beschäftigung ausüben. Überhaupt ist die körperliche Bewegung in frischer Luft, sowie eine nicht reizende Diät (Vermeidung des Bohnenkaffees, da derselbe direkte Blutanschoppungen im Unterleibe herbeiführt) weitere, selbstredend sich notwendig machende Bedingung der Kur. Endlich trage die Patientin eine T Binde, welche örtlich (in der Scheide und den äußeren Geschlechtsorganen) angelegt, um feuchte und häufig gewechselte, nach jedem Wechsel frisch ausgewaschene Kompressen in der richtigen Lage zu erhalten. Diese Kompressen saugen dann die betreffende Aussonderung vollständig in sich auf, erhalten fortdauernd die Reinlichkeit, vermeiden das Wundwerden der Schenkel und machen endlich innerliche Ausspritzungen (die nur bei innerlichen Geschwüren geboten erscheinen) überflüssig. Bezüglich der Ausspritzungen vergleiche man noch das im Art. Kindbettfieber diesbezüglich Gesagte.

Ist der weiße Fluß eine Folge allgemeiner Schleimbildung (s. Quecksilbersiechtum) oder anderer Krankheiten, die mit einer fehlerhaften und geschwächten Säftebereitung in wesentlicher Beziehung stehen, wie z. B. Bleichsucht, Skrofeln 2c., die auch ihren Grund in weichlicher Lebensweise, mehr sitzender Lebensweise, zu langem Schlafen, ungenügender oder aber unrichtiger Kost, in Fehlgeburten oder sonstigen früheren Krankheiten der Geschlechtsorgane haben kann — so wird es sich in diesem Falle hauptsächlich um Beeinflussung und Umstimmung des gesamten Organismus und nur nebensächlich um örtliche Behandlung handeln. Je nach den früheren Zuständen leite man dann entweder ein erregendes, ausscheidendes, oder ein schonend-kräftigendes Verfahren an, lasse aber in jedem Falle viel frische Luft genießen, sorge für richtige Kleidung, und kontrolliere den Schlafraum sowie das Bett der Patientin, verordne eine mehr kühlende, reizlose Diät. Nie jedoch soll der behandelnde Arzt sich bei vorliegendem Leiden abhalten lassen, sich genau nach den Einzelheiten des ehelichen Lebens zu erkundigen, sowie über diesbezügliche bestehende, fortgesetzte Versündigungen aufzuklären und belehrende Ratschläge zu geben. Es wird hier unglaublich viel, teils aus Unwissenheit, teils im guten Glauben an die direkte Richtigkeit der Handlungsweise gefehlt, und wenn der therapeutische Hebel nicht an diese Grundursache

des Leidens angelegt wird, so werden trotz wochenlang fortgesetzter sorgsamster naturgemäßer Behandlung immer wieder die alten Beschwerden auftreten.

Unter Umständen, wie sie dem bei Männern vorkommenden Zustande der Hodengicht (s. d.) verwandt sind, tritt auch häufig bei gichtkranken Frauen ein weißer Fluß ein. Es muß in diesem Falle mit Schwitzpackungen der Anfang gemacht, um eine möglichst vollständige Ausscheidung der gichtischen Stoffe zu erzielen; dann erst wende man stärkende Sitzbäder (oder erst auch kühle Waschungen oder Abreibungen) von also kühlerer Temperatur und jedesmalig kurzer Dauer an. In den Zwischenzeiten können sodann ebenfalls Umschläge um den Unterleib gemacht werden. Da überdies die Gicht hauptsächlich eine Krankheit der Verdauungsorgane ist, so beachte man im Übrigen das betreffenden Ortes noch Gesagte.

In denjenigen Fällen, wo der weiße Fluß als ein Symptom syphilitischer Ansteckung sich zeigt, wende man das gleiche Verfahren an. Von besonderer Wichtigkeit ist in diesem Falle das ununterbrochene Tragen der T Binde und der angelegten Kompressen. — Vergl. Selbstbefleckung.

Wellenbäder. Dieselben bestehen in einer Vorrichtung, vermöge welcher der Kranke bis zum Nabel oder noch weiter in der Strömung eines Flusses sitzen kann, während dessen sein Leib sanft geknetet und seine im Wasser befindlichen Glieder gestrichen werden. In Ermanglung eines stark bewegten Flusses oder Baches bringt man derartige Vorrichtungen auch häufig hinter Wehren oder Mühlenrädern an; als Hauptbedingung gilt stets der starke, elektrisch wirkende Wellenschlag. Die Dauer eines derartigen Bades wird gewöhnlich auf 5 – 10 Minuten beschränkt; und es findet dasselbe bei Unterleibsleiden aller Art Anwendung. — Nach meiner Anschauung könnte es höchstens bei solchen Krankheitszuständen von Nutzen sein, wo (wie z. B. bei Gicht) eine Überernährung stattfand, und somit eine kräftig anregende Behandlung des Körpers alle durch Überfütterung gleichsam faul gemachten Körperkräfte mobil zu machen sind. Ausgeschlossen sollte diese Art Bäder sein: Bei allen Unterleibsleiden vorwiegend nervöser Natur und überhaupt bei allen blutarmen und demgemäß wenig reaktions- also naturheilfähigen Personen. Hier könnten und würden sie sogar direkt schädlich wirken.

Wespenstich, s. Insektenstich.

Wiederbelebung, s. unter Scheintod.

Willenlosigkeit, s. Geisteskrankheiten.

Windblattern, s. unter Pocken, unächte.

Winde, s. Blähungen.

Windsucht, s. Trommelsucht.

Wochenbett, s. unter Schwangerschaft.

Wolf, fressender, (Fressende Flechte). Diese hauptsächlich im Gesicht, an der Nase und den Lippen im Gewebe der Haut wuchernde und Zer-

störungen der Haut herbeiführende („fressende") Flechte verläuft meist chronisch und schmerzlos ohne sichtbare und auffällige Störung des Allgemeinbefindens. Bei einem entzündlichen Zustande der Haut treten heerdweise Wucherungen ein, bestehend in dunkel gerötеten, flachen oder etwas erhabenen Knötchen in der Haut. Dieselben tragen auf ihrer Oberfläche weiße Schüppchen oder sind mit einer weißen Haut bedeckt. Im weiteren Verlaufe fließen dieselben zu einer gleichmäßig gefärbten, bläulich-roten Masse zusammen, die von einer gespannten, glatten und glänzenden Haut bedeckt sind. Bei manchen Formen treten massenhafte Abschuppungen der Oberhaut auf; in anderen Fällen starke Wucherungen oder aber bösartige Verschwärungsprozesse, welche die furchtbarsten Zerstörungen anrichten. Die abheilenden Geschwüre lassen große Substanzverluste und strahlige Narben, sowie Zusammenschrumpfungen der Haut zurück.

Die Behandlung ist dieselbe, wie bei Hautkrankheiten überhaupt. Man vergleiche daher die Art. Flechten, Hautkrankheiten, außerdem aber auch das unter Syphilis bezüglich Arzneivergiftungen Gesagte. Die chirurgische Behandlung des vorliegenden Leidens kann eine gründliche Heilung desselben nie herbeiführen, da sie die Ursachen desselben, nämlich die bestehende Säfteverderbnis, nicht berührt.

Wunden. Leider würde es uns zu weit führen, wenn wir hier einen Um- und Rückblick auf die allopathische Behandlung der Wunden und Verletzungen und die unzählbaren Versündigungen werfen wollten, welcher sie sich auf diesem Gebiete gegen die Gesetze der Naturheilkraft schuldig macht. Streifen müssen wir jedoch hier die Antisepsis, d. h. die fäulniswidrige Behandlung der Wunden durch Mittel, welche die durch niedrigste Organismen bedingten Zersetzungsprozesse beseitigen bez. verhüten sollen. Wir nennen nur die bekanntesten: Karbol-, Salicyl- und Borsäure, Queckſilberchlorid (Sublimat), Jodoform und als neues Kreolin. Von allen diesen sagte man natürlich, daß sie dem menschlichen Körper unschädlich seien, bis endlich thatsächliche Vergiftungs-, ja Todesfälle das Gegenteil belegten, obschon die einfache Erwägung, daß Gifte wie die obengenannten Stoffe auch giftig wirken müssen, dies hätte lehren sollen, denn eine Aufnahme in die Blutbahn und damit eine Gesundheitsschädigung ist sicher. Darum haben sich auch gewichtige Stimmen im eignen Lager erhoben und an Stelle der Antisepsis die Asepsis d. h. nicht fäulniszulassende Methode gefordert. So wenden die Professoren von Bergmann (Berlin) und von Billroth (Wien) und ihnen folgend noch viele andere Chirurgen statt Lösungen von giftigen Stoffen reines, vorher gesiedetes Wasser an und nähern sich so mehr und mehr dem Naturheilverfahren. Übrigens kommt denn die ganze Antisepsis schließlich nicht auch auf nichts weiter heraus als auf peinlichste Reinlichkeit? Bedarf es aber daher noch des Giftes? Nein und tausendmal nein, denn Wasser thuts freilich auch hier!

Bei Verwundungen jeder, sowohl der einfachsten wie der verwickelsten Art, ist und bleibt das kühle Wasser das ausgezeichnetste Unterstützungs-

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

mittel der Natur, denn diese nur ist es, welche die Heilung bewirken kann und muß. Es genügt, die sich der Heilung entgegenstellenden Hindernisse fortzuschaffen, die Wunde zu reinigen, der Entzündung und somit dem übermäßigen Schmerze, wie auch dadurch dem Wundfieber, der Geschwulst und Eiterung zu begegnen — und alles Übrige ruhig der Natur zu überlassen. In der französischen Armee wendet man bereits seit 50 Jahren fast ausschließlich nur kühles Wasser zu den Verbänden an und die Erfolge sind die denkbar glücklichsten. Nicht allein gehen die Heilungen viel schneller und besser von Statten als bei dem sogenannten antiseptischen Verfahren, sondern es tritt auch bei schweren Fällen weit seltener Brand und Tod als dies bei Anwendung künstlicher Mittel geschieht.

Zunächst ist also notwendig, alle fremde Körper zu entfernen, und auf mildeste, jede Reizung ausschließende (mit alter weicher Leinwand, ganz weichem, sauberen Schwamm und abgeschrecktem Wasser) Weise eine gründliche Reinigung vorzunehmen, nachdem der wunde Teil erst noch in eine Lage gebracht worden ist, in welcher er ruhig liegen bleiben kann und in welcher das Blut weniger nach ihm hinströmt. Bei Verletzung edler Teile oder Durchschneidung von Pulsadern beuge man einer drohenden Verblutung dadurch vor, daß man bei Emporhalten des verletzten Gliedes (sodaß kein Blut zu demselben hinströmen kann) die Adern oberhalb der Verletzung mittelst eines Tuches fest zusammenbindet. (Vgl. Blutflüsse).

Bei leichten Verwundungen genügt es, nachdem man die Wunde gereinigt, und der Ausfluß des Blutes nachgelassen hat, die Ränder der Wunde zusammenzudrücken, die Stelle mit einem Leinwandverbande zu bedecken und diesen Verband von Zeit zu Zeit mit frischem Wasser zu befeuchten. Man hat auf diese einfache Weise nicht nötig, den Verband zu oft abzunehmen und somit die Wunde der Luft auszusetzen, was die ruhige Heilung derselben unterbricht, deshalb muß auch die die Wunde bedeckende Leinewand, wie bereits erwähnt, sehr weich sein, außerdem aber mindestens 6 fach zusammengelegt, damit die Bedeckung den doppelten Zweck erfüllen kann, nämlich einmal jede Reizung fernzuhalten und zweitens trotz ihrer Weichheit den Eindruck und die Beeinflussung der Wunde durch die Luft (Zuführung von Sauerstoff, welcher die Oxydation der Wunde, also ihre Entzündung fördern würde) unmöglich zu machen. Zur Vermeidung, bez. Bekämpfung eines entstehenden Wundfiebers wende man außerdem noch ableitende, entzündungswidrige Packungen an solchen, reichlich mit Blut (Muskeln) versehenen Körperteilen an, welche der verletzten Stelle entgegengesetzt sind. Ist die Verwundung nur geringfügig, so genügen Kompressen auf benachbarte Teile; bei umfangreichen Verletzungen müssen dementsprechende umfangreiche Packungen, bez. Kompressen auf andere Körperteile stattfinden; nötigenfalls sind auch noch entzündungswidrige Sitzbäder oder Übergießungen vorzunehmen. — Eine Hauptrolle bei Verletzungen jeder Art spielt schließlich noch die

Diät, welche nur mild ernährend, kühlend und in jeder Hinsicht reizlos und leicht verdaulich sein soll. Desgleichen ist für regelmäßigen und leichten Stuhl und genügende Einatmung frischer Luft Sorge zu tragen, also daß nach jeder Richtung alle Funktionen des Körpers ohne Hemmnis ungehemmt verrichtet werden können, und somit die Naturheilkraft in vollkommenster Freiheit ihren Willen, ihr Bestreben, nach eigenem Ermessen den früheren harmonischen Zustand wieder herbeizuführen, zur Geltung bringen kann. Wieviel namenloses Unglück wäre schon erspart, wieviel Volkswohl erhalten worden, wenn die Segnungen der arzneilosen Heilmethode auch bei der Wundbehandlung schon mehr hätten zur Geltung kommen können, wenn man auch hier getreulich und unverbrüchlich der ohne Aufhören immer unter allen Umständen heilen wollenden Natur Vertrauen geschenkt und ihren Willen nicht gekreuzt oder die Ausübung desselben gänzlich unmöglich gemacht hätte. — Zum näheren Studium der Wundbehandlung empfehlen wir das vortreffliche Schriftchen: Spohr, Die Behandlung der Wunden; L. Fernau, Leipzig. Preis 1 Mark. Vergl. auch d. Art.: Chirurgische Krankheiten.

Wundliegen s. Aufliegen.

Wundsein der Kinder s. unter Kinder.

Wundstarrkrampf s. Starrkrampf.

Wurm (am Finger) s. Nagelgeschwür.

Würmer, Wurmfieber s. Wurmkrankheiten.

Wurmkrankheit, Eingeweidewürmer Tierische Parasiten. Dieselben werden den Verdauungswegen durch die Nahrung zugeführt, bald in Keimform, bald in halbentwickeltem Zustande, sodaß sie ihre Entwicklung und volle Ausbildung erst im menschlichen Körper finden. Eine schwache, wenig kräftige Verdauung und eine verkehrte Lebens- und Ernährungsweise leisten dem Wurmleiden großen Vorschub. Die betreffenden Schmarotzer beeinflußen den Körper nicht blos als solche, indem sie ihm Nahrungsstoffe entziehen, sondern auch als fremde, reizende Körper, welche katarrhalische und nervöse Zufälle verursachen, z. B. indem sie durch Überwanderung auf die Geschlechtsteile, besonders bei Mädchen die Anregung zur Ausübung der Onanie geben, oder aber durch Überstrahlung der gereizten Nerven auf das Gehirn. Auf diese Weise bilden die Eingeweidewürmer teils die Ursache gewisser Leiden, teils sind sie erst die Folge von krankhaften Zuständen im Darmkanale. Die sichere Erkennung ihres Vorhandenseins bietet große Schwierigkeiten, sobald man nur die Krankheitserscheinungen in Betracht zieht. Nur der Abgang von Würmern ist beweiskräftig, jedoch sind die Würmer keineswegs immer die ausschließliche Ursache der vorgängigen Krankheitserscheinungen.

Die am häufigsten vorkommenden sind der Spulwurm und der Maden-, Spring- oder Mastdarmwurm (Askariden). Erstere sind besonders häufig im kindlichen Alter bei Beginn von mehlhaltiger Nahrung, und besonders leicht haftend bei gestörter Verdauung. Im Verlaufe des Leidens zeigen sich oft wechselnder, bald verminderter, bald vermehrter

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Appetit, Zwicken im Unterleibe, Krämpfe und andere Nervenzufälle, blaue Ringe um die Augen, krankhafte Gesichtsfarbe, Jucken an der Nase und dem After, besonders bei mehlhaltiger Nahrung. Treten die Spulwürmer bis in den Magen hinauf, so erregen sie Brechreiz und werden erbrochen. Als Begleitsymptome können außerdem noch gelten: Schmerzen im Magen, stinkender Atem, Zähneknirschen, harter, aufgetriebener Unterleib. Zuweilen gesellt sich noch ein trockener Husten und Abmagerung des Körpers hinzu. — Die Springwürmer sind vorherrschend im Dickdarm und Mastdarm, erregen heftiges Jucken im After und bei weiblichen Patienten auch bisweilen in der Scheide, da dieselben bisweilen dorthin gelangen und entzündliche Reizung verursachen oder auch heftigen Geschlechtstrieb erzeugen und dadurch zur Onanie Veranlassung geben. — Während die oben genannten Arten von Würmern sich vorzugsweise im Dickdarm oder im Mastdarm aufhalten, kommt der Bandwurm im ganzen Darmkanale vor. Er zeichnet sich durch seine bandförmige Gestalt und seine außerordentliche Länge aus. Man unterscheidet den gewöhnlichen Ketten-Bandwurm, der sich aus der Schweinefinne entwickelt und dessen stecknadelgroßer Kopf von runder Form und mit einem Kranze von Haken und mit Saugnäpfen bewaffnet ist. Der Hakenkranz dient ihm zum Festhalten an der Darmschleimhaut. Der Hals ist fadenartig dünn und reißt deshalb sehr leicht durch, sodaß der Kopf im Darmkanale zurückbleibt, während der übrige oft viele Meter lange Körper des Wurmes, der aus einer ganzen Kolonie von kürbiskernähnlichen Gliedern besteht, aus dem Körper entfernt wird. Die Entstehungsursache bildet ungenügend gesottenes Schweinefleisch in Gestalt von Knackwürsten ꝛc. — Eine andere Art des Bandwurms ist die unbewaffnete, ohne Haken und Rüssel, doch mit 4 sehr kräftigen Saugnäpfen versehene. Dieser Bandwurm besitzt breitere und dickere Glieder und läßt sich schwerer als der obige beseitigen. Seine Finne befindet sich in dem Fleische und in den Eingeweiden (besonders der Leber) der Rinder. Wenn Krankheitserscheinungen vorhanden sind — was nicht immer der Fall ist — so zeigt sich Übelkeit, schnürende Empfindung in der Magengegend, gestörte Verdauung, bisweilen auch Erbrechen.

Die Wurmkrankheit an sich ist zwar kein gefährliches Leiden, doch stört sie die Entwicklung und das kräftige Gedeihen der Kinder und erzeugt indirekt auch eine dauernde Schwächung des Nervensystems, in welchem ja die Erhaltungskraft des Lebens liegt; deshalb habe man ein aufmerksames Auge auf die Kinder und suche bei auftretenden Symptomen sofort mit Energie Änderung des Zustandes herbeizuführen. Die Wirkungen des Wurmreizes sind nicht immer vorhanden; es können sich manche Menschen dabei lange Zeit sehr wohl befinden, bis dann plötzlich heftige Wurmzufälle sich zeigen. Je jünger das Kind, um so beschwerlicher sind für dasselbe die Würmer und um so eher sind Krämpfe und ähnliche Nervenerscheinungen zu befürchten. Bei größerem Alter der Kinder verlieren sich die Würmer von selbst, sobald durch allgemeine naturgemäße

Behandlung die Widerstands- und Austreibungskraft des Körpers so gestärkt ist, um ohne sonstiges Zuthun helfen zu können. — Am leichtesten lassen sich Maden- und Springwürmer abtreiben. Das Fortschaffen des Bandwurms ist schwieriger, geschieht jedoch am zweckmäßigsten zu Zeiten, wo Glieder abgehen. Von einem sicheren Erfolge der Kur kann man jedoch erst dann sprechen, wenn sich unter den abgegangenen Stücken auch der Kopf befindet.

Behandlung. Eine der einfachsten und zugleich sicher wirkendsten Maßnahmen zur Vertreibung nicht nur der kleineren Würmer, sondern auch des Bandwurms ist folgende: Man gebe der betreffenden Person 2—4 Tagen unter völligem Ausschlusse aller anderen Speisen nur Häringssalat, welcher mit ganz wenig Kartoffeln, schwach gewässerten Häringen, viel Zwiebeln und viel Öl zuzubereiten ist. Zur Abwechslung können die Betreffenden körnige Früchte, wie Erdbeeren, Brombeeren, Preiselbeeren, besonders aber Feigen genießen. Die zahlreichen kleinen Körner dieser Früchte drängen sich (beim Bandwurm) in den Leib des Tieres und zwingen es dadurch zu krampfhaften Bewegungen, die, wenn ihm im Übrigen noch die gewöhnte Lieblingsnahrung (mehlige Substanzen) entzogen, zu hinausleitenden Bewegungen werden. Das Nachtgeschirr, welches man zu dieser Zeit benutzt, fülle man zur Hälfte mit warmem Wasser, welches die Wärme des menschlichen Blutes hat, damit der Wurm nicht, zurückgeschreckt durch die etwaige kalte Temperatur, sich wieder in den Darm zurückzieht. Während der Kur lasse man, wenn starke Stuhlverstopfung vorhanden ist, etliche laue, wenn nötig auch Öl-Klystiere mit je einem nachfolgenden kühlen Bleibe-Klystier geben.

Hat man auf die genannte Weise einen Abgang der Würmer erzielt (sollte die Kur zu anstrengend wirken, und deshalb ein vollständiger Erfolg noch fehlen, so setze man ungefähr eine Woche aus und wiederhole dann die Diät-Wasserkur), so ist damit die Behandlung noch keineswegs beendet. Denn da die Wurmkrankheit auf einer Schwächung der Darmwandungen beruht und überdies eine Folge unrichtiger Mischungsverhältnisse des Körpers ist, so müssen wir, um endgültigen Erfolg zu erreichen, d. h. eine Wiederkehr der Krankheit zu verhüten, auch jene ursächlichen Momente aufzuheben suchen. Und wie die Eingeweidewürmer durch Wassertrinken und überhaupt naturgemäßes Leben und desgleichen Pflege des Körpers verhütet werden können, so läßt sich auch aus den oben angeführten Ursachen, welche ihre Entstehung und Fortbildung bewirken und begünstigen, auf die Art und Weise ihrer gründlichen Bekämpfung schließen. Denn die Schwäche und Verschleimung des Verdauungsapparates sowie die Umbildung und Neumischung der gesamten Körpersäfte läßt sich durch nichts so gründlich und so sicher erreichen, als durch das Diät-Wasserheilverfahren.

Die Kinder müssen zweimal wöchentlich warm gebadet und jeden Morgen oder Abend feucht-kühl abgerieben werden. Sie müssen reichlich Wasser trinken und eine Nacht um die andere sorgfältig angelegte er-

regende Umschläge um den Unterleib tragen und sich so viel als nur immer möglich Bewegung in frischer Luft machen. Die Diät sei einfach; Fleischspeisen sollen möglichst vermieden werden, desgleichen alle blähenden, schweren, fetten und besonders die mehligen Nahrungsmittel. Man sei konsequent in der Durchführung dieser Diät; es bezeugt wenig echte Liebe für die Kinder, wenn man sich durch ihre Bitten zu allerhand Zugeständnissen verleiten läßt. Sind Skrofeln und andere Krankheiten zugleich vorhanden, so beobachte man noch außerdem die bei jenen Leiden angegebenen Verordnungen. Oft thun auch etliche Schwitzpackungen in feuchten Leintüchern oder aber nur in trockenen Decken gute Dienste, indem sie den Blutumlauf und somit den Stoffwechsel befördern. — Für ältere Personen findet dieselbe ihrem Alter und ihrem Kräften nach verstärkte Behandlung statt; besonders gut wirken bei ihnen Sitzbäder von zirka $^1/_2$stündiger Dauer. Gesellt sich bei der Behandlung Wurmkranker noch das sogenannte Wurmfieber hinzu, so suche man dasselbe durch kühle Umschläge auf das richtige und ersprießliche Maß einzuschränken.

Wut s. Hundswut und Raserei.

Zahnausschlag s. Röteln.

Zahndiätetik s. Zahnpflege.

Zahnen. Daß das Zahnen, wie alle Entwicklungskrankheiten der Kinder gut und leicht von statten und vorüber geht, wenn man dieselben von ihrer ersten Jugend an, an eine kräftigende und abhärtende Wasserbehandlung gewöhnt, deuteten wir schon bei verschiedenen Gelegenheiten (Vergl. Gicht, Kinder, Wasser und Wassertrinken) an. Sind jene Vorbedingungen nicht gegeben und treten die bekannten mannichfachen Beschwerden beim Zahnen auf, so begegnet man denselben am besten durch das ableitende und allgemein stärkende Verfahren. Das ableitende Verfahren (kühle Umschläge um die untere Körperhälfte, kühle Sitzbäder) erscheint bei vollblütigen Kindern, welche heftiges Fieber und Blutandrang nach dem Kopfe erhalten, angezeigt; das stärkende Verfahren (öftere warme Bäder, mildfeuchte Abreibungen bei warmer Kleidung) wende man bei schwächlichen, durch den Durchbruch der Zähne sehr angestrengten Kindern an. Außerdem gebe man den Kleinen alle Speisen mehr kühl als warm und gebe ihnen auch feste Substanzen (Äpfel, Brotrinden, gebackenes Obst) zu kauen, um den Durchbruch zu befördern. In erster Linie aber sorge man für guten, weichen und regelmäßigen Stuhl, indem Verstopfung ganz besonders geeignet ist, Blutandrang und somit Entzündung nach dem Kopfe zu bewirken.

Zahnfleisch, schwammiges, s. Skorbut.

Zahngeschwülste. Dieselben sind ebenso oft rein örtlicher Natur als auch mit Allgemeinleiden vergesellschaftet (vergl. Zuckerharnruhr und Skorbut). Im letzteren Falle vergleiche man die genannten Kapitel, im ersteren sind sie wie Entzündungen überhaupt zu behandeln. Sie erfordern eine strenge, kühlende entziehende Diät, Schwitzen des ganzen

Körpers, Ausspülen des Mundes mit abgeschrecktem Wasser und ableitende Umschläge um die Muskeln oder die andere, nicht erkrankte Gesichtshälfte.

Zahnpflege. S. hierüber das unter Ausspülen des Mundes Gesagte.

Zahnschmerzen. Wenn die Nerven einzelner Zähne oder der ganzen Zahnreihe in einen krankhaften Reiz- und Erregungszustand versetzt werden und infolgedessen Zahnschmerzen entstehen, so ist zuerst die Frage zu entscheiden, ob diese von örtlichen oder allgemeinen (konstitutionellen) Ursachen sich herleiten. Örtliche Ursachen bilden meist die Bloslegung der Nerven durch Zahnfäulnis. Es ist hier nicht der Ort, speziell auf die Zahnkrankheiten und deren Ursachen einzugehen, aber das Eine darf nicht unerwähnt bleiben, daß es keine schwerere Anklage gegen die Medizinheilkunde und ihre „glänzenden Fortschritte" giebt als den Zustand, in welchem sich heutigen Tages die Zähne der meisten Menschen befinden. Ein vollständig gesundes Gebiß ist eine außerordentliche Seltenheit, in allen Graden der Fäulnis stehende Zähne oder ein teilweiser oder vollständiger Mangel derselben ist die Regel, sodaß kein Erwerbszweig in größerer Blüte steht als der der Zahnflicker. Welche Aufgabe harrt der Naturheilkunde und weit mehr der volksverständlichen Gesundheitspflege! Welche Triumphe wird auf diesem Felde die vegetarische Lebensweise noch feiern! Denn daß die allgemeine Zahnverderbnis in einer allgemeinen, schon vom Mutterleibe herstammenden Säfteverderbnis, und diese außer anderen Anlässen hauptsächlich in den schweren Versündigungen ihren Grund hat, wie wir sie uns Dank der falschen Ernährungslehren und Afterkultur tagtäglich zu Schulden kommen lassen, steht außer allem Zweifel. Übermäßig versüßte Muttermilch-Surrogate, heiße Breie, süß oder sauer gewordene Lutschbeutel, später Zuckersachen, Kuchen und weißes Gebäck aller Art (Brot nicht ausgenommen) und das Fehlen von Nahrungsstoffen, welche für die Ausbildung und Gesunderhaltung der Knochen und der knochenartigen Gebilde des menschlichen Körpers unerläßlich notwendig sind; ferner medikamentöse Einflüsse und noch viele andere Schädlichkeiten, die schon an und für sich genügen würden, das in Rede stehende Übel zu erzeugen und zu vermehren, kommen hier zusammen, um die Ausbildung und Erhaltung einer gesunden Zahnmasse zu verhindern. Nun ist es aber leichter, Millionen von Zähne gesund zu erhalten, als einen einzigen erkrankten, durch Fäulnis angegangenen wieder gesund zu machen, denn ein angegangener hohler Zahn kann nur noch geflickt werden (d. h. plombiert) oder ausgerissen werden.

Behandlung. Wie schon das kalte Wasser als diätetisches Mittel und zugleich zur Zahnpflege angewendet, durchaus vor Zahnschmerzen behütet, so leistet es auch in den meisten Fällen, aus irgend einer Ursache eintretenden Zahnschmerzen, nur wenige Fälle ausgenommen, fast augenblickliche Hilfe.

Ist der Zahnschmerz entzündlicher Natur, so mache man oft, bei jedem Warmwerden des Wassers erneuerte Mundbäder in nicht zu kühler

(weil sonst die Entzündung durch Rückströmung des Blutes erhöhend) Temperatur. Außerdem noch gleichzeitig oft gewechselte leichte feuchtkühle Umschläge um die äußere Wange. Man wird sofort oder in kürzester Zeit Erleichterung spüren. In höheren Graden der Entzündung geben ableitende Fuß- oder Sitzbäder noch Verstärkung der Behandlung und des Erfolges. — Bei Zahnschmerzen rheumatischer Natur genügt es, etwas laues Wasser in den Mund zu nehmen und mit in kühles Wasser getauchten Fingern die Schläfe, Kinnbacken und die Stellen hinter den Ohren so lange zu reiben bis sie rot werden, also die Blutzirkulation wieder in Gang kommt. Außerdem wird dadurch die rheumatische Schärfe nach der Haut hin geleitet und durch das Reiben zerteilt. Unterstützt wird die Behandlung noch durch Trinken von einigen Gläsern Wasser. Bestehen gleicher Zeit Congestionen (Blutandrang) nach dem Kopfe, oder genügt oben erwähnte Behandlung nicht zur Beseitigung der Schmerzen, so nehme man noch außerdem ein kühles Sohlenbad von 2—3 Minuten Dauer mit nachfolgendem Bürsten der Sohlen. — Oft auch werden die Schmerzen in kurzer Zeit schon dadurch gehoben, daß man das Zahnfleisch mit dem Finger und zwar bis zum Bluten, reibt.

In allen weiteren hier nicht erwähnten Fällen, wo also die Zahnschmerzen von Gicht, Syphilis oder anderen konstitutionellen Krankheiten herrühren, seien dieselben nun nervösen oder symptomatischen Ursprunges, mögen sie von gastrischen Reizen oder bei Schwangeren ꝛc. entstanden sein, wird die Wasserbehandlung zwar keine endgiltige, also dauernde Befreiung erzielen, wohl aber stets Linderung herbeiführen. Man schenke in allen diesen Fällen den möglichen Grundursachen die nötige Beachtung und dementsprechende Behandlung. Vgl. Zahngeschwülste und die genannten Krankheiten.

Zehrfieber, s. unter Rückendarre und Schwindsuchten.

Zeugung. Wie schon in der Einleitung dieses Werkes erwähnt wurde, ist und bleibt das Fundament alles leiblichen und geistigen Wohlbefindens, die Grundbedingung einer festen und dauerhaften Gesundheit, mithin die unerläßliche Vorbedingung für jede Art wirklicher Glückseligkeit: eine gesunde Konstitution. Es kann demgemäß keine schönere und segensreichere Bethätigung wahrer elterlicher Liebe gedacht werden, als den Kindern in einer guten und gesunden Konstitution den herrlichen Schatz einer festen und dauerhaften Gesundheit zu vererben. Die Männer müssen aber zu diesem Behufe von dem Glauben ablassen, als ob das Weib — die Mutter des Menschengeschlechtes — blos zur Bequemlichkeit des Mannes erschaffen sei; sie müssen aufhören, das Weib blos als ein nützliches, schönes und deshalb begehrenswertes Geschöpf zu betrachten, welches alles, auch den beschränktesten Sphären des männlichen Interesses untergeordnet und ein Spielzeug seiner Mußestunden sei, in denen seine Seele mehr durch Leidenschaft als durch Vernunft beherrscht wird. — Hierzu bedarf es, daß das Weib nicht mehr wie bisher allenthalben, obwohl gesetzlich, aber nichtsdestoweniger ungerechter Weise nieder-

gehalten, als eine politische Null, als ein schwaches, allseitig abhängiges Minderwesen und als unfähig betrachtet wird, ein richtiges Urteil zu bilden. So lange das Weib für seine Mühewaltungen weder ehrlich noch gerecht belohnt und so unvollständig erzogen wird, daß es sich von allen einträglichen Beschäftigungen, welche die Männer seit Jahrhunderten auf Grund ihrer vermeintlichen geistigen Vorzüge für sich allein in Anspruch genommen haben, von selbst fernhält oder durch den Despotismus der öffentlichen Meinung davon ferngehalten wird, bleibt sie auch von den Anstrengungen der Männer abhängig, und ist gezwungen, die Ehe als einen Hafen zu betrachten, der ihr eine mehr oder weniger sichere Zuflucht vor Entbehrungen und leiblichen und geistigen Drangsalen, sowie vor den Gefahren und Unbilden der Elemente auf der hohen See des Lebens und den ihre Sittlichkeit bedrohenden Klippen und Untiefen giebt.

Ist es nicht ein öffentliches Geheimnis, daß man in vielen Fällen in dem Segen, welche die Kirche einem Ehebündnis spendet, einen förmlichen Freibrief findet und gleich im Voraus Ablaß für alle zukünftigen, ehelichen Sünden erlangt zu haben glaubt, die man an dem Körper, an dem Keuschheits- und Sittlichkeitsgefühle und an der Gesundheit seines rechtlich (!) angetrauten Weibes begehen und verüben wird? Herrscht unter den Eingeweihten nicht eine Stimme darüber, daß im ehelichen Verkehr ungleich mehr Verbrechen am Körper, an der Gesundheit und Sittlichkeit eines Weibes begangen werden, als in den privilegierten Höhlen des Lasters? In den Schlupfwinkeln des Lasters gilt dasselbe als das, was es ist; durch den gesetzlichen, eingesegneten Verkehr beider Geschlechter wird dagegen ein Unrecht zum Recht, ein Laster zu einer erlaubten Handlung gestempelt, Unrecht und Versündigungen an der Menschennatur populär und achtungswert gemacht und eine förmliche moralische Verwüstung angerichtet. — Wieviele Tausende von Frauen seufzen unter der brutalen Thatsache, daß der Mann, wenn ehelich mit einem Weibe verbunden, stillschweigend das Recht empfängt, durch seine unmäßigen Begierden und durch seine nicht selten tierische — doch nein, die Tiere sind auch hierin natürlich — durch seine unnatürlichen, raffinierten Gelüste den Körper und die Gesundheit seines Weibes zu verwüsten. Welches ist der Charakter einer großen Anzahl von Ehen? Es sind nur zu oft Leichtsinn, blinde Leidenschaft und Eigennutz, welche eine große Anzahl unglücklicher Ehen stiften; und die große Mehrzahl infolge von körperlichen oder moralischen Gebrechen unglücklicher Ehen hat ihren Grund in unmäßigem, rein sinnlichen Geschlechtsgenuß, welcher bei beiden Parteien allgemeine Ermattung, Abstumpfung und geistige Verödung, bei dem weiblichen Geschlechte örtliche Krankheiten mancherlei Art oder bei beiden Parteien selbst den Ruin der Gesundheit nach sich zieht. Unzählige Gatten und Gattinnen werden auf diese Weise um ihre Gesundheit und ihr Lebensglück gebracht und ein mit allem Erforderlichen und mit den schönsten Hoffnungen auf ein dauerndes Lebensglück

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

angelegtes Familienleben von vorn herein vernichtet, dadurch, daß die Gattin zur geschlechtlichen Magd erniedrigt wurde.

Wer wollte ermessen, wieviel Gesundheit bei den so beliebten Hochzeitsreisen schon in einer einzigen Nacht zerstört wird? Kaum wird daran gedacht, und noch viel weniger davon gesprochen, aber die erschrockene Mutter der Braut und die Aerzte, sie erfahren es, welche Folge ein solch unnatürliches und unerhörtes Gebahren oft genug nach sich zieht, und welche Folgewirkungen jene gewaltsamen Hochzeitsreisen und die nicht näher zu schildernden Vorgänge (wenn nicht schon unterwegs, wie es nicht selten geschieht, eine Erkrankung eintritt) die Geheimnisse der Hochzeitsnacht späterhin dem Arzte in Gestalt von unmäßigen Blutverlusten, Schwächezuständen, Schleimhauterkrankungen, Senkungen und anderen örtlichen Erkrankungen des weiblichen Systems offenbaren, während der männliche Organismus noch tiefer aber allgemeiner beeinflußt wird. — Aber nicht nur, daß unter solchen Umständen in wilder Begier die Reize des jugendlichen Weibes förmlich verwüstet werden und die Gefahr nahe liegt, daß sie anstatt Gattin zu sein, zu einer Magd männlicher Begierden herabsinkt, so zeigen sich außer den örtlichen Unzuträglichkeiten andauernde Schädigungen des allgemeinen Gesundheitszustandes, wie Unregelmäßigkeiten in den weiblichen Ausscheidungen, Unfruchtbarkeit, Nervenschwäche, Fehlgeburten 2c. und wenn die junge Gattin geängstigt sich dem Arzte offenbart, so stellt sie demselben gewöhnlich Fragen, die ihn die eigentliche geheime Quelle jener Leiden unschwer erkennen lassen. Mit einem Worte, es ist Zeit, eine öffentliche Meinung gegen die unerhörten Verkehrtheiten und Naturwidrigkeiten des modernen, ehelichen Lebens zu erschaffen. Denn nichts entmannt den Mann mehr, nichts würdigt das Weib mehr herab, nichts ist verderblicher für die Nachkommenschaft, als wenn die eheliche Vereinigung nur aus Motiven der Convenienz und der eheliche Verkehr nur aus rein physischen, sinnlichen Motiven sich herleitet: eine solche Scheinehe ist eine Sünde gegen die Gesellschaft, eine Schmach für das Weib und ein Verbrechen gegen die Nachkommenschaft!

Alle Eltern müßten sich hinreichend darüber unterrichten, daß man ein großes Unrecht und eine nie zu sühnende Versündigung an der Nachkommenschaft begeht und dieser ein sieches, krankes und elendes Dasein aufbürdet, wenn die Eltern im Besitze einer kranken oder schlechten Konstitution sind und daß die Erzeugung von Kindern auch zu der Kenntnis verpflichtet, dieselben vernunft-gesundheitsgemäß ernähren und erziehen zu können, damit sie nicht weiterhin eine Plage für sich selbst und die Gesellschaft werden. Wie oft wird nicht gerade gegen die erste und heiligste Pflicht der Gesellschaft gesündigt, indem die Mehrzahl der Kinder Sprößlinge des Zufalls sind, erzeugt im Zustande der Ermüdung nach harter Tagesarbeit, im Zustande körperlicher und geistiger Erschöpfung, in Kummer, Gram und Sorge, erzeugt im Zustande der Angst und der Verzweiflung oder im Zustande leidenschaftlicher Aufregung, ja

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

bisweilen sogar im Zustande mehr oder minder starker Berauschung. Solcher Frevel an den gerechten aber strengen Gesetzen der Natur rächt sich aber durch frühzeitige oder durch vorzeitige Geburten, durch Totgeburten und durch frühzeitige Sterblichkeit, durch große Lebensschwäche, durch abzehrende Krankheiten, durch Krämpfe und andere Nervenleiden und durch Geistesschwäche in allen Graden bis hinab zur geistigen Nacht des vollkommenen Blödsinns.

Es ist eine bemerkenswerte Thatsache, daß viele Eltern und Erzieher es für eine heilige Pflicht halten, die Jugend in Illussionen aufwachsen zu lassen, daß es aber dieselben Eltern und Erzieher nichtsdestoweniger für eine empörende Zumutung halten würden, wenn man ihnen den Vorschlag machen wollte, ihre Kinder mit Täuschungen und falschen Vorspiegelungen zu erziehen. Aber dennoch verlangt man, daß man den Kindern ihre Illussionen nicht nehmen, also ihnen den Glauben an Dinge nicht rauben soll, die in einem falschen Lichte oder bei künstlicher Beleuchtung betrachtet, sich gar nicht übel ausnehmen. Alle Eltern und Erzieher müssen es immer allgemeiner als ihre Pflicht erkennen, der **Erzeugung**, der **Ernährung** und der **Erziehung** der Menschen wenigstens einen Teil jener Sorgfalt und Gewissenhaftigkeit, wenigstens einen Teil jener Überlegung und Sachkenntnis zuzuwenden, welche man schon seit geraumer Zeit höchst beeifert darauf verwendet, Schafwolle, Pferde und Rinder zu veredeln, deren Erzeugung, Ernährung und Aufzucht in durchdachter Weise zu überwachen und vernunftgemäß, ausgestattet mit aller einschlagenden Erfahrungsweisheit, zu leiten! — denn immer allgemeiner wird die Kenntnis, die verborgenen Sünden und Laster, also die Vergehen gegen die Gebote der Natur, und die leichtfertigen, verstohlenen und verheimlichten Übertretungen der gerechten und unabänderlichen Naturgesetze seitens der Eltern aus der Gestalt und aus dem Angesicht, aus der geistigen Veranlagung, aus dem Charakter und aus der Gemütsverfassung der Kinder herauszulesen; denn in den Kindern spiegeln sich Vorzüge und die Tugenden, aber auch die Schwächen, die Unvollkommenheiten und Untugenden der Eltern wieder. Das Kind ist in seiner leiblichen und geistigen Organisation ein treuer Spiegel seiner Erzeuger, und es ist selbst dann, wo uns dieses Spiegelbild sehr unähnlich zu sein scheint, nur scheinbar der Fall, weil die Eltern selbst genug etwas anderes scheinen, als sie in Wirklichkeit sind. Längere Bekanntschaft aber, oder der tiefer forschende Blick des Arztes, der die Menschen in Krankheiten und in anderen Lebenslagen, in welchen sie sich weit eher zeigen, wie sie sind, zu beobachten Gelegenheit hat, findet in tief versteckten Regungen und in tief verhüllten inneren Eigenschaften, in zeitweilig an die Oberfläche der Seele und zu Tage tretenden Gemütsverfassungen, in periodischen Ausschreitungen mannichfacher Art und in zeitweiligen krankhaften Zufällen, kurz, in mancherlei ebbenden und flutenden Anwandlungen leiblicher, geistiger und moralischer Schwächen und Gebrechen die ursprünglichen Anlässe, deren Folgewirkungen der kindliche Organismus treu und **unverhohlen widerspiegelt.**

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

Die Mütter müssen viel allgemeiner, als es zur Zeit geschieht, ihre Kinder vor der Geburt erziehen, und mit allem Eifer und allen erdenklichen Anstrengungen, deren die Mutterliebe fähig ist, alle heftigen Gemütsbewegungen vermeiden und die unvermeidlichen und alle jene Neigungen, welche unrein und unmäßig sind, beherrschen, damit nicht durch das materielle Band (Nabelschnur), welches zu dieser Zeit noch Mutter und Kind verbindet, die noch ungeborenen Geschlechter dahin beeinflußt werden, daß sie als zukünftige Sklaven unreiner und unmäßiger Begierden geboren werden. Jenes materielle Band — die Nabelschnur — welches die Frucht im Mutterschoße mit der Mutter verknüpft, bildet ein zuverlässiges Gängelband, an welchem die Mutter die leibliche und geistige Organisation schon vor der Geburt mit sicherer Hand zu lenken und zu leiten vermag als nach diesem Ereignis, weil jene Zeit vor dem eigenmächtigen Denken und Handeln des Kindes liegt. Die Eltern müssen also vor der Geburt ihres Kindes in derselben Art empfinden, denken, wollen und handeln, als sie wünschen, daß ihre noch ungeborenen Kinder dereinst empfinden, denken und handeln sollen. Und die Mutter müssen in Zukunft lebhaftes Mitleid auch mit ihren noch ungeborenen Kindern empfinden, da zahlreiche Kinder bereits vor ihrer Geburt lieblos, unverständig, ja selbst unbarmherzig behandelt werden, also zu einer Zeit, wo dieselben nicht imstande sind, durch schmerzliches Wehklagen, oder durch eine bittende Geberde die unverständige oder lieblose Mutter zu ihrer Pflicht zurückzurufen. Auf diese Weise geschieht es aber, daß Kinder schon vor ihrer Geburt in unverschuldete und unverdiente Mitleidenschaft mit ihrer leichtsinnigen, unverständigen oder lieblosen Mutter gezogen werden und für deren Schuld büßen, und zwar nicht selten mit ihrem noch ungeborenen Leben büßen müssen, indem infolge von Ausschreitungen der Mutter die unter ihrem Herzen ruhende Leibesfrucht durch entsprechende Anlässe in dem eigenen Blute der Mutter erstickt, oder durch zu festes Schnüren schon im Mutterleibe erdrosselt, oder in einer einzigen Ballnacht tot getanzt wird, um alsdann „tot", in Wirklichkeit aber getötet geboren zu werden! — —

Es ist an der Zeit, für die zahlreichen angeborenen Leiden und Gebrechen nicht mehr den Himmel verantwortlich zu machen, sondern die Ursachen und die Urheber davon auf der Erde zu suchen. Es giebt eine ewige Vergeltung und einen ewigen Richterstuhl auf Erden; denn jede Versündigung an den unverbrüchlichen Gesetzen der Natur zieht unvermeidlich die entsprechenden Folgen nach sich; und der mißleitete Geist, welcher von Jugend auf dahin belehrt wurde, für alles Unglück und für alles leibliche und moralische Elend den Himmel verantwortlich zu machen, wird eines Tages ganz wider Erwarten vor den Richterstuhl der Natur gefordert, um für seine Übertretungen der Naturgesetze zur Rechenschaft und Strafe gezogen zu werden. Keine Verteidigung seitens des Arztes vor den Gerichtsschranken der Natur kann zur Sühne reden,

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

oder gar zwischen der gerechten Richterin Natur und seinem Klienten durch irgend eine Rezeptformel ein versöhnliches Abkommen treffen; wohl kann der Arzt die körperliche Züchtigung, welche die Natur diesem oder jenem, der ihre Gesetze mißachtet hat, auferlegt, durch schmerzstillende Mittel mildern, und dadurch den Patienten (nicht selten auch sich selbst) über das Wesen und über die Art des Strafvollzuges täuschen, aber kein Arzt, auch der kenntnisreichste und geschickteste nicht, kann es verhindern, daß die Übertretungen der Paragraphen des Strafgesetzbuches der Natur streng aber doch immer gerecht gesühnt werden. [Man vergleiche noch die Art.: Unfruchtbarkeit und Schwangerschaft.]

Zeugungskraft, geschwächte, s. unter Impotenz und Pollutionen.

Zipperlein, s. Gicht.

Zittermal, s. Flechten und Grind.

Zittern der Hände *u.*, s. Säuferzittern.

Zona, s. Gürtel.

Zorn, s. Ärger.

Zuckerharnruhr (Diabetes mellitus). Dieses Leiden tritt entweder selbständig oder als Folgekrankheit anderweitiger Leiden auf. Dasselbe befällt hauptsächlich das männliche Geschlecht zwischen dem 20. und 40. Jahre. Es wird gewöhnlich erst dann als Krankheit erkannt, wenn es bereits nach gewöhnlichen medizinischen Begriffen unheilbar geworden ist, denn die Zuckerharnruhr kommt gewöhnlich erst in ausgebildeten Fällen zur ärztlichen Beobachtung, da die Kranken in dem vermehrten Durst und in der vermehrten Ausscheidung von Harn, worin anfänglich die einzigen Krankheitserscheinungen bestehen, in den meisten Fällen nichts Krankhaftes erblicken. Der Harn kann in 24 Stunden das Doppelte, aber auch das 6fache betragen. Durch seinen Zuckergehalt wird der Harn schwerer; die täglich ausgeschiedene Zuckermenge beträgt 100 bis 500 Gramm. Die hauptsächlichste Klage der Kranken bildet ein lästiges Gefühl von Trockenheit im Munde, welches den Kranken beständig zum Trinken nötigt und seine Stimme schwach und heiser erscheinen läßt. Außerdem ist trockene und spröde Haut und harter verstopfter Stuhl gewöhnlich vorhanden. Der Appetit der Kranken ist ein übermäßiger und sie verzehren gewöhnlich unglaubliche Mengen von Nahrungsmitteln; trotzdem magern sie ab, und das Übermaß von Nahrung verursacht Magenbeschwerden. Im weiteren Verlaufe der Krankheit zeigen sich mannigfache Funktions- und Ernährungsstörungen; dadurch kommt es beispielsweise, daß Trübungen der Linse eintreten [grauer Staar], daß sich das Zahnfleisch auflockert, die Zähne hohl und locker werden. Auch treten leicht Ausschläge auf der Haut der Geschlechtsteile auf, infolge von Benetzung mit dem zuckerhaltigen Harn. Ferner kommt es zur Bildung von gewöhnlichen und bösartigen Blutschwären [Furunkel und Karbunkel] und der Geschlechtstrieb erlischt vollständig. Nach und nach werden die Kranken immer kraftloser und schwächer, bis anhaltende Diarrhöen als Begleiterscheinung der Lungenschwindsucht oder brandige

und diphteritische Prozesse, dem Leiden ein Ende machen. Das verhütende Verfahren spielt, wie überhaupt bei allen chronischen Erkrankungen so auch hier, eine hervorragende Rolle. Wer stets naturgemäß lebt, kann und wird niemals derartige schwerwiegende Säfteentmischungen erleben wie die vorliegende. Vom medizinischen Standpunkte aus galt und gilt die Zuckerkrankheit als unheilbar und zwar mit Recht; denn da sie ein Symptom oder eine Folgewirkung der gestörten Einhelligkeit und Harmonie im menschlichen Organismus ist, so wird die Verabreichung von Medikamenten, und seien dieselben nach Ansicht der Allopathie noch so „unschuldig", und so wird die falsche Ernährungsmethode, wie sie die Allopathie lehrt, selbstredend nur das Eine erreichen können, daß die selbständige Heilkraft der Natur nur um so tiefer herabgedrückt wird, mithin eine Verschlimmerung und das Ende beschleunigende Entwicklung des Leidens herbeigeführt wird. Es kann kein Zweifel darüber obwalten, und zahlreich bekannt gewordene Erfolge haben dies bestätigt, daß die Zuckerkrankheit durch die arzneilose Heilkunde behoben werden kann, indem dieselbe ja in jeder Weise den heilen wollenden Instinkt im Menschen anregt und zu unterstützen und zu stärken sucht. Aber auch von dieser Seite kann viel gesündigt werden durch noch immer nicht genügendes Aufmerken auf die Winke der Natur. Die geringe hierüber bis jetzt vorhandene Litteratur beweist, wie erschreckend und tadelnswert schablonenhaft noch naturheilkundlich-schablonenhaft gedacht wird. Weil bestimmte Nährstoffe „zuckerbildend" sind, werden den Kranken alle diese Speisen auf das Ängstlichste verboten — und es wird dabei nicht bedacht, daß diese durch übermäßige Gärung erzeugte Zuckerbildung doch nur dann stattfinden kann, wenn die Thätigkeit des Magens derart herabgesetzt ist, um jene bestimmten Nahrungsmittel nicht mehr in Nahrungsstoffe umwandeln zu können, daß mithin eine Verabreichung jener „zuckerbildenden" Speisen in keiner Weise zu beanstanden ist, sofern dieselben erstens vom Appetite des Kranken heftig verlangt, und zweitens in einer richtigen, verdauungsmöglichen Weise zubereitet werden. Ist der Magen nicht mehr im Stande, sie zu verdauen, so wird er sie schon von selbst zurückweisen. — Ferner hat man es für erforderlich gehalten, gegenüber dem Heißhunger der Patienten eine große Enthaltsamkeit anzuordnen, und doch liegt in diesem übermächtigen Verlangen nach Speise seitens der Natur die einzige Möglichkeit, die verloren gehenden Kräfte wieder zu ersetzen. Man wähle doch auch hier die Mitte, lasse den Kranken essen, so viel er mag, und kontroliere nur die leichte Verdaulichkeit der betreffenden Speisen. — Drittens sucht man den großen Durst der Patienten möglichst wenig zu befriedigen, weil man annimmt, daß dadurch die Harnmenge noch vergrößert wird; und doch muß auch hier die Natur Ersatz haben für die verloren gehende Flüssigkeit, denn der zuckerkranke Mensch ist ja nicht zuckerkrank, weil er viel Harn läßt, sondern er läßt viel Harn, weil er zuckerleidend ist. Eine Nichtbefriedigung des Durstes kann nur die eine Folge haben, daß um so schneller

eine Austrocknung, ein Sprödewerden der äußeren Haut, ein Aufhören in der schlechte Stoffe ausscheidenden, Sauer- also Nahrungsstoff des Blutes aufnehmenden Thätigkeit derselben eintritt, mithin das Abtöten eines überaus wichtigen Gesundheits- und Heilwächters.

Aus dem hier mehr Angedeuteten als Ausgeführten ergiebt sich zur rationellen Behandlung der Zuckerkrankheit folgendes: Dieses Leiden ist nur dann unheilbar, wenn die ursächliche und fortbestandene Ernährungsstörung einen so hohen Grad erreicht hat, daß bereits faulige Zersetzungen (Tuberkulose, Krebs ꝛc.) und somit Gewebszerstörungen wichtiger Organe stattfinden. In allen anderen Fällen erscheint sie als heilbar, sofern eine vernunft- und naturgemäße Behandlung die Heilkraft des Körpers wieder genügend anzuregen, und also den Stoffwechsel allmählich wieder zur früheren Harmonie zu führen weiß. So wenig also alle Stadien dieses Leidens durch die arzneilose Heilkunde zu heilen sind, so wenig ist es auch jeder Kranke selbst in den Anfangsstadien des Leidens. Denn selbst wenn dasselbe schon ganz frühzeitig als solches erkannt werden sollte, so hängt seine Heilbarkeit immer noch ab von der ursprünglichen Konstitution, von der zur Zeit noch bestehenden Nervenkraft des betreffenden Körpers. Daher kommen wir immer und immer wieder darauf zurück, die Nervenkraft des eigenen Körpers als ein Heiligtum zu betrachten, das zwar gebraucht aber nie vergeudet werden soll. Es ist das ursächliche Radikalmittel für alle Leiden, sowohl bezüglich deren Heilung als wie auch deren Verhütung.

Die scheinbar eigenartige, in langjähriger Praxis oft beobachtete Thatsache, daß bei zuckerkranken Frauen, die schwanger wurden, das Leiden während der Schwangerschaft vollständig aussetzte, giebt ebenfalls einen Anhalt für die Behandlung, indem sie beweist, daß ein naturgemäß erhöhter Stoffwechsel sofort die Zuckerbildung unterbricht. Mithin erstrebe man: Natürliche, den vorhandenen Kräften des Individuums angepaßte Erhöhung des allgemeinen Stoffwechsels; in den leichten Graden erregendes, in den höheren Graden und bei sehr herabgesetzter Funktion aller Lebensorgane schonendes, also erwärmendes Verfahren. Bei Bildung von Geschwüren Unterstützung dieses Ausscheidungsbestrebens der Natur; dem bestehenden verstärkten Hunger- und Dursttrieb ist durchaus Folge zu leisten und, unter den Einschränkungen, welche die gesundheitsgemäße Ernährung von selbst gebietet (z. B. den Genuß geistiger, oder sonstwie nervenerregender Getränke und Speisen) ist besonderen Appetiten stets Folge zu leisten; besonders sind Gelüste nach Fischnahrung, also nach phosphorhaltigen, mithin Nervennahrung gebenden Speisen zu beachten und zu erfüllen. — Zu vermeiden ist alles, was diesen Grundforderungen widerspricht. Man vergleiche außerdem die Artikel: Schwindsucht, Skrofeln, Eiweißharnruhr und ganz besonders die Abhandlung über Diät und Diätheilverfahren.

Zungenentzündung. Das Leiden besteht nicht blos in einer Entzündung der die Zunge überkleidenden Schleimhaut, wie z. B. bei der katarrhalischen Entzündung der Mundhöhlenschleimhaut, sondern der ganzen Substanz der Zunge. Infolgedessen wird die Zunge heiß und

dick und kann so sehr anschwellen, daß sie nicht mehr Platz findet im Munde. Zu den Ursachen gehören: Andauernde Reize wie bei Rauchern und Tabakkauern oder bei Vorhandensein von scharfen Bruchkanten abgebrochener Zähne, bei schlecht gearbeiteten künstlichen Zähnen. In diesen Fällen folgt meist nur eine katarrhalische Entzündung, während quecksilberhaltige Arzneimittel, Insektenstiche, Quetschungen oder sonstige Verletzungen zu den Entstehungsursachen einer Entzündung der Zungensubstanz gehören. — Im Verlaufe des Leidens zeigt sich Rötung und (oft hochgradige) Geschwulst der Zunge, die mit zähem Schleime bedeckt ist, und heftige Schmerzen bei hochgradigem Fieber erzeugt. Es tritt Speichelfluß und Schlucken ein und Kauen wird natürlich unmöglich. Die Heilung tritt ein infolge von Zerteilung der Geschwulst oder durch Öffnung einer Anzahl Eiterheerde (Abscesse), die in der Zungensubstanz sich gebildet hatten. Bisweilen bleibt die Zunge vergrößert, was schweres Sprechen und Schlucken zur Folge hat. Bei scharfen und spitzigen, abgebrochenen Zähnen kann auch eine teilweise Entzündung der Zungensubstanz stattfinden, wobei sich oberflächliche Geschwüre mit krebsartigem Aussehen bilden, ohne daß die Masse der Zunge wie beim Zungenkrebs zunimmt.

Behandlung. Dieselbe besteht, sofern das Leiden durch Spitzen von abgebrochenen Zähnen entstanden ist, naturgemäß zuvörderst in Entfernung der Ursachen, nämlich durch Herausnehmen jener Zähne oder durch Abbrechen der scharfen Kanten und Ecken. Die Entzündung wird sodann durch fleißige Mundbäder und ableitende Hals- und Oberarmpackungen behoben. Die Diät muß kühl, flüssig und mild (schleimig) sein, also am besten in Reis- und Haferschleim mit Fruchtsaft oder in Buttermilch bestehen. — Schwieriger gestaltet sich die Behandlung, wenn Insektenstiche die Ursache bilden. Hier ist es eine Hauptsache, es nicht zu einer Eiterung kommen zu lassen. Bei beginnender Geschwulst nehme man ununterbrochen Mundbäder von abgeschrecktem Wasser und zu gleicher Zeit starke, in kühles Wasser getauchte, nach dem Erwärmen sofort wieder erneuerte Kompressen auf Wangen und Nacken behufs Ableitung der Entzündung. Kommt man erst dann in naturgemäße Behandlung, wenn bereits hochgradige Geschwulst besteht, so erscheinen Waschungen des ganzen Körpers (bei den Füßen angefangen), desgleichen mehrmalige Übergießungen desselben mit kühlem Wasser als erste ableitende Maßnahmen angezeigt. Desgleichen, da Mundbäder schwer zu nehmen sind, mehrmalige Übergießungen des seitlich liegenden Gesichtes des Kranken bei geschlossenen Augen und weit geöffnetem Munde desselben. Hierauf lasse man ein Sitzbad nehmen, sorge für baldigen Stuhl und behandle dann weiter wie oben angegeben. Auch die ableitende Massage der Hals- und Rückenmuskeln unterstützt die Behandlung noch wesentlich. Dabei sorge man unablässig für Reinhaltung der Zunge, indem man dieselbe mit einem weichen, in kühles Wasser getauchten Leinwandläppchen vorsichtig reinigt. Ist bereits Eiterung eingetreten, so bildet diese ununterbrochene Reinigung der Zunge die Hauptforderung der Behandlung, damit das Hinabschlucken des Eiters vermieden wird

Voigt: Wie wird und wie bleibt man gesund nach den Grundsätzen der naturgemäßen d. i. arzneilosen Heilkunde.

mit den daraus folgenden Verdauungsbeschwerden, welche wieder rückwirkend das Zungenleiden hemmend beeinflussen. Die Diät muß bei den schwereren Formen des Leidens, selbst wenn ein Schlucken möglich ist, aus eben genanntem Grunde, nach Möglichkeit beschränkt werden und darf nur in obenerwähnten Speisen bestehen.

Zungenkrebs. Von allen Krebserkrankungen ist der Zungenkrebs die seltenste, und auch seine eigentlichen Ursachen sind noch unbekannt. Dieselben könnten jedoch durch [infolge von scharfen Zahnkanten entstehende] im Verlaufe mit schweren Arzneigiften behandelte Geschwüre an der Zunge bedingt sein. Verlauf: anfangs zeigen sich kleine, mehr oder weniger schmerzhafte Knoten in der Zunge, die weiterhin aufbrechen und jauchende Geschwüre mit harten, wulstigen und zugleich ausgefressenen Rändern entstehen lassen. Unter heftigen, stechenden Schmerzen schwillt allmählich die Zunge und die am Halse gelegenen Lymphdrüsen an. Die abgesonderte Krebsjauche vermischt sich mit dem Speichel und erteilt ihm einen ekelhaften Geruch. Es tritt allgemeine Abmagerung ein, die nach 1—2 Jahren zum Tode durch Erschöpfung führt. — Bezüglich Behandlung vergleiche man die Art: Zungenentzündung, Zungenleiden und Krebs. Die verhütende Behandlung wird auch hier die beste, weil sicherste sein.

Zungenleiden, die in schwachen Entzündungen, wunden Stellen an der Zunge und der inneren Lippe bestehen, sind mehr oder weniger ursächlich Magenleiden und werden durch Behandlung des Magens, durch reichlichen Genuß von frischem Obst und sonstiger kühler Diät behoben. Verhütet werden sie durch Sauberhalten des Mundes. Vergl. das unter „Ausspülen des Mundes" Gesagte.

Zweiwuchs s. Englische Krankheit.

Zwerchfellentzündung wird genau so behandelt wie die Brustfellentzündung (s. d.); nur müssen die Umschläge tiefer gelegt und öfters kühle Klystiere gegeben werden.

Die Philosophie der Heilung.*)

In den Betrachtungen über das, was Gesundheit und über das, was Krankheit ist, gewannen wir eine neue vielverheißende Grundlage für die Behandlung von Krankheiten und, was noch ungleich wichtiger ist, für die Behandlung von Kranken; denn wir erkannten, daß das bewegende und belebende, das lenkende und leitende Prinzip des menschlichen Körpers substanziell, daß es körperlich sei. Dieser Umstand erweckt die Hoffnung, daß wenn es uns gelingen sollte, diesen Teil unserer Leiblichkeit, also die Geistes-Substanz, das Nervensystem direkt durch irgend welche Medien (Stoffe oder Mittel) zu beeinflussen, wir eine weit größere Macht über den gesunden und über den kranken Körper zu erlangen hoffen dürfen, als es sonst auf irgend eine andere Weise möglich ist. Denn wenn es erwiesen ist, daß es die Nervensubstanz ist, welche den gesamten Organismus durchdringt, ihn bewegt, belebt, beseelt und durchgeistigt, ihn leitet, lenkt und regiert, daß also das Nervensystem diejenige Substanz ist, welche das harmonische Gleichgewicht in allen werkthätigen Verrichtungen (Funktionen) und in allen ökomischen Geschehnissen und Vorgängen des menschlichen Körpers erhält — also die Gesundheit des gesamten, verbrüderten Baues gewährleistet — und daß diese wundervolle Substanz mit allen ihren Bethätigungsweisen es auch ist, welche das harmonische Gleichgewicht im organischen Getriebe unseres Körpers, also die gesunde Gangart und Bethätigungsweise des gesamten, körperlichen Maschinismus erhält, oder, wenn sie Störungen erlitt, sie wieder herzustellen, also Krankheiten zu heilen vermag; wenn wir dies Alles wissen, sagen wir, so werden wir, sobald es uns gelingt, diese wunderbar mächtige Substanz des menschlichen Körpers in dieser oder jener Richtung zu beeinflußen, in gesunden, wie in kranken Tagen eine große Machtvollkommenheit über den menschlichen Körper erlangen. Denn wenn uns dies gelingt, so werden wir in zahllosen Fällen imstande sein, sowohl die harmonische, also die gesunde Gangart und Bethätigungsweise

---

* Dieses und das folgende Kapitel sind der „Zukunftsmedizin", einem vor za. 15 Jahren erschienenen, größeren Werke des gleichen Verfassers entnommen. Dasselbe bildete seinerzeit infolge seines agitatorischen reformatorischen Inhaltes die Grundursache der Verfolgungen des Verfassers seitens der allopathischen Zunft. Da ihm jedoch neben dieser Thatsache durch den buchhändlerischen Vertrieb jegliches finanzielle Besitzrecht genommen worden ist, so verschafft er hiermit (und in weiteren noch folgenden Veröffentlichungen) seinem geistigen Eigentume wieder die vollen Rechte, welche demselben gebühren. D. V.

unseres leiblichen Maschinismus, als auch die nicht mehr einhellige und harmonische, also die krankhafte Gangart der Maschine machtvoll und erfolgreich zu beeinflussen. Das heißt also: Wir werden eine ungeahnte und segensreiche Machtvollkommenheit erlangen, um uns die Gesundheit zu erhalten, also Krankheiten zu verhüten und soweit dies außerhalb unserer Macht liegt, z. B. Einflüssen gegenüber, die mächtiger als unsere Fürsorge und mächtiger als die Schutz- und Trutzvorrichtungen unseres Körpers sind, etwaige eintretende Störungen einer gesunden Betriebsthätigkeit wieder zu begleichen, also Krankheiten zu heilen.

Wir werden also, um einen Vergleich zu gebrauchen, uns alsdann dem menschlichen Organismus gegenüber in einer ähnlichen Lage befinden, wie jedem andern Maschinismus gegenüber. Bei jeder anderen Maschine unterrichtet uns das anatomische Studium derselben, also das Studium des Maschinenbaues auch nur über die Art des Konstruktionsmaterials, aus welchem die ehernen Gliedmaßen: die Hebel und Räder, vom kleinsten und winzigsten Getriebe bis hinauf zu dem mächtigen und wuchtigen Schwungrade bestehen, und die Erforschung der Form, der Größe und der Gestalt aller dieser Zapfen und Hebel, dieser Wellen und Triebräder befähigt uns nur, die äußerlichen und augenfälligen Verhältnisse und Eigentümlichkeiten kennen zu lernen. Wie wir also als Sachverständige des Maschinenbaues die Art des Konstruktionsmaterials und die Form, nach welcher die einzelnen Teile modelliert und geformt und die Art und Weise, in welcher sie unter sich zusammengefügt sind, um einen arbeits- und leistungsfähigen, eisernen Organismus zu bilden, wie wir dies Alles und noch vieles Andere als Maschinenschlosser oder als Monteure studieren, so erforscht der Anatom den Maschinismus des menschlichen Leibes, indem er die außer Betrieb gestellte und zum Stillstand gekommene Maschine des menschlichen Körpers in alle ihre einzelnen Konstruktionsbestandteile zerlegt, die Form und Gestalt aller materiellen Bestandteile mustert und ihre Farbe und Form, ihre Gestalt und ihr Gewicht, kurz ihre körperlichen, ihre physikalischen Eigenschaften registriert, ferner die Art und Weise untersucht, in welcher jene zahlreichen Maschinenteile unter sich zusammengeschweißt und zu einem zweckmäßigen Ganzen planmäßig verbunden sind.

Und wie der Maschinenschlosser die eisernen Finger und Hände und die verschiedenen ehernen Gliedmaßen einer Maschine kunstgerecht aus dem kunstvollen Baue jener eisernen Organismen loslöst und auch den Rumpf der Maschinen zerlegt und anatomisch zergliedert, außer dem Rumpfe und den Gliedmaßen aber auch die Gehirnmaschinerie, also die intelligenten, selbstthätigen Vorrichtungen und Veranstaltungen, die Regulatoren und Selbsteuerungen, die selbstthätigen Zubringer und Sicherheitsventile, in deren mathematisch genau berechneter und mit vollendetster Präzision sich bethätigender Veranlagung die Intelligenz des Erfinders sich verdichtet und verkörpert hat, wie er diese ehernen, gußeisernen oder in Stahl ciselierten Gehirne der Maschinen kunstgerecht auseinandernimmt und sie wieder kunstgerecht zusammensetzt, genau ebenso macht es der Anatom, der auch alle jene Triebräder und deren Regulatoren und Selbst-

steuerungen kunstgerecht zergliedert und auseinandernimmt, um sie im Geiste wieder zu dem ursprünglichen Maschinismus zusammenzusetzen. Wie aber das Studium der Gangart und Betriebsthätigkeit einer technischen Maschine Sache des Ingenieurs, so ist es beim Maschinismus des menschlichen Leibes Sache des Physiologen, das rollende Rad inmitten seines Umschwunges zu studieren und die Gangart des gesamten organischen Triebwerks zu erforschen, ferner zu ergründen, wie sich dieses oder jenes Getriebe bethätigt, auf welche Weise die Betriebskraft von dieser auf jene Welle übertragen wird, kurz, welche mannichfachen und äußerst zahlreichen Bethätigungsweisen die Betriebskraft auf ihrem langen Wege vom Herde ihres Entstehens bis zu ihrer Übertragung auf den letzten und unscheinbarsten Hebel offenbart. Der Physiolog muß also stets den Maschinismus des Menschenleibes inmitten seiner vollen Betriebsthätigkeit erforschen und jedes Rad inmitten seines vollen Umschwunges studieren.

Nun ist es sicher, daß jede Art eines Maschinismus am wirksamsten und ganz allgemein beeinflußt werden kann, wenn wir an jene die ganze Maschine dirigierende und regulierende Vorrichtung, also den Maschinismus des menschlichen Körpers anlangend, an das Nervensystem Hand anlegen.

Das Verfahren der Naturheilkunde und insonderheit die Behandlungsweise der Zukunftsmedizin, welche die Naturheilkunde in ihrer weiteren und universellen Ausbildung zu werden berufen ist, geht bei allen ihren Maßnahmen und Manipulationen darauf aus, jene mächtige, unseren Körper beherrschende, lenkende und leitende Substanz, also das Nervensystem, nur durch physikalische Heilmittel zu beeinflussen und etwaige krankhafte Zustände desselben umzuändern oder aufzuheben, also das Nervensystem umzustimmen und die hiervon abhängigen, krankhaften Folgezustände zu beseitigen.

Von einer strengwissenschaftlichen Heilkunde im Gegensatze zu der jetzigen durchaus unwissenschaftlichen, allopathischen Heilkunde, liegen zur Zeit nur leise Anfänge vor. Die Grundlage einer strengwissenschaftlichen Heilkunde kann immer nur in der genauesten Kenntnis der feinsten und verwickeltsten, anatomischen und physiologischen Verhältnisse, wie sie sich ganz besonders im Nervensystem so häufig finden, gesucht werden. Von dieser durchaus vollkommenen Kenntnis der anatomischen und physiologischen Verhältnisse des menschlichen Körpers sind wir aber noch sehr weit entfernt. Selbst dann aber, wenn wir diese Kenntnisse in erwünschtestem Maße besäßen, würde uns in derselben keineswegs eine sichere Garantie gegeben sein, am lebenden Menschen den Sitz dieser oder jener Erkrankungsform mit Sicherheit nachweisen zu können, denn die am toten Körper erworbene Kenntnis der regelrechten, (normalen) anatomischen Beschaffenheit und der durch Krankheiten veränderten, regelwidrigen (abnormen) Beschaffenheit der zahlreichen Gewebe und Organe unseres Körpers befähigt uns keineswegs, die Art und den Sitz der verschiedenen Erkrankungsformen mit wissenschaftlicher Sicherheit an dem Lebenden zu erkennen. Und gesetzt den Fall, wir besäßen im vollsten Umfange alle wissenschaftlichen Methoden und alle technischen Hilfsmittel, um jede

Krankheit ihrer Natur nach und den Sitz derselben zu erkennen, so schließt doch die Wissenschaft und Kunst der Diagnose, also des Erkennens von Krankheiten keineswegs die Macht in sich, Krankheiten auch heilen zu können. Denn gelänge es z. B. das Wesen der Epilepsie, also die Ursache derselben und ihren Sitz im Gehirn aufzufinden, so würde hierdurch noch keineswegs ein Mittel gegeben sein, jene Ursache der Epilepsie am lebenden Menschen zu beseitigen, denn es würde durch jene Kenntnis der Natur und des Wesens der Epilepsie nicht einmal angedeutet sein, auf welche Art und Weise und auf welchem Wege wir bis in jene verborgensten Schlupfwinkel im Gehirn, wo dieselbe ihren Sitz hat, heranreichen und mit welchen Mitteln wir die Ursachen dieser Erkrankungsform heilsam beeinflussen könnten.

Kurz, mit dem Erkennen von Krankheiten an sich ist's nicht gethan, denn einmal kann dieses Erkennen nicht weit genug gehen, andererseits, aber geht es unnötig weit und reicht in Gebiete hinein, wo es nicht bloß anfängt unsicher zu werden, sondern auch aufhört, bestimmte Fingerzeige und Anhaltspunkte für die Heilung zu geben.

Es ist zur Zeit unmöglich, die Zahl und die Natur der das menschliche System zusammensetzenden Grundbestandteile anzugeben, mithin auch unmöglich, die Art und den Grad und die unendlich mannichfaltigen Abstufungen in der Bethätigungsweise dieser kleinsten Elementarbestandteile zu messen oder zu berechnen. Schon die Unsumme dieser kleinsten Bestandteile und weiterhin der Umstand, daß die chemische Natur derselben nicht einerlei Art ist, bedingt eine unendliche Anzahl von Erscheinungsmöglichkeiten in der menschlichen Organisation und so erklärt es sich, daß wir nie zwei menschliche Einzelwesen aufzufinden vermögen, welche in ihrer anatomischen und physiologischen Veranlagung, also in ihrer Organisation und der hiervon abhängigen Gestalt und Erscheinungsform, in ihrer Konstitution, in ihren Temperamenten und in allen ihren Äußerungen und Bethätigungsweisen vollständig gleich sind. Und kein einziges Mittel, kein Maßstab ist vorhanden, um mit wissenschaftlicher Sicherheit diese Besonderheiten, diesen Individualismus der verschiedenen einzelnen Menschen zu ergründen. Und doch würde die genaue Kenntnis der Anzahl und der chemischen Natur jener kleinsten Konstruktionsbestandteile und die Art der Anordnung und Gruppierung derselben unerläßlich sein, sowohl wenn es gälte, die harmonische und regelrechte, also die gesunde Gangart dieses verwickelten und kunstvollen Maschinismus zu erforschen, als auch die in ihrem harmonischen Gleichgewicht gestörte fehlerhafte und krankhafte Bethätigungsweise dieses wundervollen Getriebes mit wissenschaftlicher Sicherheit und zwar an jedem Einzelnen zu ergründen. Um Wiederholungen zu vermeiden ist es notwendig, auf das in dem Abschnitte „Über Geheimmittelschwindel" Gesagte zu verweisen. Wir stehen hier wiederum an der großen und tiefen Kluft, welche sich zwischen der Heilkunde und der Heilkunst, zwischen der Medizin an sich und der sogenannten angewandten, medizinischen Wissenschaft, der praktischen allopathischen Heilkunde, der ausübenden, ärztlichen Kunst aufthut. Obgleich die Hilfswissen-

schaften der Medizin, die Physik und die Chemie, die Anatomie und die Physiologie bilden, sind wir, wie wir bereits früher sahen, nicht im Stande, die Organisation und Konstitution des toten, menschlichen Körpers bis in die feinsten Einzelheiten zu erforschen, noch viel weniger aber dieselben an jedem einzelnen, lebenden Menschen zu erkennen. Außerdem sehen wir, daß die medizinische Wissenschaft für kein einziges Arzneimittel das Warum und die Art und Weise, warum und wie dasselbe diese oder jene Wirkung auf den gesunden oder kranken menschlichen Körper hervorbringt, nachzuweisen vermag.

Aus dem mehr Angedeuteten als Gesagten wird ersichtlich, daß die Medizin, als Heilwissenschaft, so lange sie nicht den gesamten menschlichen Organismus bis in die feinsten Einzelheiten, ferner die physikalische und chemische Natur dieser kleinsten Konstruktionsbestandteile des menschlichen Körpers und deren Bethätigungswesen kennt, auch nicht im Stande ist, den wissenschaftlich erwiesenen Grund anzugeben, warum eine Verbindung von Weinsteinsäure mit Antimon und Kali, oder mit anderen Worten, warum Brechweinstein Erbrechen bewirkt und ebensowenig zu sagen vermag, warum Stoffe, wie Coniin, Nicotin u. s. w. u. s. w., also die wirksamen Stoffe des Schierlings und des Tabaks schon in kleinen Gaben die verderblichsten Wirkungen hervorbringen und schon in der Menge eines Tropfens — also dem Gewicht nach ungefähr so viel als der $3^1/_2$ millionenste Teil unseres Körpers — das lebendige organische Getriebe des menschlichen Körpers zum Stillstehen zu bringen vermag.

Die medizinische Wissenschaft wird voraussichtlich noch lange auf sich warten lassen, bis sie auf neugierige Fragen, wie: „warum dieses oder jenes Medikament diese oder jene Wirkungen entfaltet", ferner, welches die Natur der Gifte sei, oder mit anderen Worten, warum gewisse Stoffe in unverhältnismäßig kleinen Mengen schon die verderblichsten und selbst tötliche Wirkungen unserem Organismus gegenüber zu entfalten vermögen, genügende Auskunft zu erteilen im Stande sein wird. Noch lange wird auf die Frage von Molière's „Kranken in der Einbildung": „Warum Opium Schlaf erzeuge?" die einzig mögliche Antwort wie dort lauten: „Quia est in eo virtus dormitiva!" also: „Weil dem Opium schlaferzeugende Kraft innewohnt!"

Von einer wissenschaftlich sicheren Einwirkung auf die Geschehnisse und die Bethätigung des menschlichen Körpers in gesunden und in kranken Tagen kann also nur erst dann die Rede sein, wenn der Arzt genau weiß, was er in dem lebenden Körper vor sich hat und es hat noch gute Weile, bis ihn die medizinische Wissenschaft in den Stand setzen wird, die Individualität seiner Patienten nach dieser Seite hin bis zu dem erwünschten Maße zu erkennen. Bis dahin aber, wo der medizinischen Wissenschaft dies gelungen sein wird, muß es mindestens eine Art von Interimsmedizin geben, welche von der Hand der praktischen Erfahrung geleitet, vorwärts strebt und aus den eigentlichen, wissenschaftlichen Abteilungen, also aus den Hilfswissenschaften der Medizin, das entlehnt, was verwertbar ist; und diese Heilkunst muß so lange auf eigenen Füßen stehen, bis ihr, die Behandlung innerer Krankheiten

anlangend, bessere Stützen und ausreichendere Fundamente seitens der medizinischen Wissenschaft gewährt werden.

Das Heilverfahren der zur Zeit herrschenden, allopathischen Schule gründet sich beinahe ausschließlich auf die Annahme, daß es möglich sei, die wirtschaftlichen Prozesse und überhaupt die gesamte Lebensthätigkeit des menschlichen Organismus in kranken Tagen durch eine Anzahl von Arzneistoffen in chemischer Weise „heilsam" zu beeinflussen. Wie sehr aber einem solchen Bemühen der Charakter der Wissenschaftlichkeit abgeht, wird allein schon daraus ersichtlich, daß eine strengwissenschaftliche Methode, Arzneimittel auf ihre Heilkraft zu prüfen, gar nicht existiert, da eben nie zwei vollständig gleiche Versuchsobjekte, nämlich: zwei in ihrer gesamten Organisation und Konstitution vollständig gleichartige und gleichwertige Menschen, ebenso wie überhaupt zwei in ihrer anatomischen Bauart und ihrer chemischen Konstitution sich vollständig gleichende Organismen gefunden werden, und selbst dann, wenn zwei dergleichen Menschen vorhanden wären, doch jede wissenschaftliche Methode fehlen würde, zwei derartige, in ihrer Organisation gleichartige und gleichwertige Individuen als solche zu erkennen. Hieraus folgt, daß die Anwendung eines und desselben Arzneimittels bei verschiedenen Menschen, eben wegen der verschiedenartigen Konstitution derselben keineswegs einen ärztlichen Eingriff von ein und derselben Art und von ein und derselben Wirkung und Tragweite bedeuten kann, mithin auch entsprechende, also verschiedenartige Wirkungen hervorbringen muß. Und doch behauptet man in diesen beiden und in hundert anderen, blos dem Namen nach gleichartigen Krankheitsfällen durch jene ärztlichen, medikamentösen Eingriffe ein und dasselbe Resultat, nämlich Heilung zu erzielen. Hieraus allein schon wird es sonnenklar, daß die zeitgeheiligte, herrschende, allopathische Behandlungsweise der Krankheiten mit medikamentösen, also chemisch einwirkenden Arzneistoffen ein durchaus **unwissenschaftliches** Heilverfahren ist.

Das allopathische „Heilverfahren" bethätigt sich also gegenüber dem kranken Organismus durch chemisch wirkende Arzneistoffe. Dieses „Heilverfahren" sucht also ein Objekt, — den menschlichen Körper — dessen chemische Zusammensetzung (Konstitution) nicht einmal im Allgemeinen bekannt ist, dessen individuelle, chemische Eigenart und Besonderheit im gegebenen Krankheitsfalle dagegen durchaus unbekannt ist und behufs deren Ergründung diese Heilwissenschaft kein einziges wissenschaftliches Hilfsmittel und keine einzige wissenschaftliche Methode besitzt, mit chemisch wirkenden Arzneistoffen „heilsam" zu beeinflussen, also mit Stoffen heilsamen Einfluß zu üben, deren endgiltige, chemische Wirkungen gegenüber den ökonomischen Prozessen des menschlichen Körpers ebenfalls vollständig unbekannt sind.

Denn betreffs der Einwirkungen von chemischen Arzneistoffen auf den kranken Organismus kennen wir nur eine Anzahl von bloßen Erscheinungen (Symptomen) und Folgewirkungen des Einflusses, welchen dieselben auf den kranken Körper üben, und in einer großen Anzahl dieser

Folgewirkungen vermag der vorurteilslose Arzt nichts anderes zu erkennen, als eine Reihe von Bemühungen und Maßnahmen der Notwehr, welche die Wohlfahrtspolizei des menschlichen Körpers trifft, um jene fremdartigen und unheilvollen Stoffe möglichst rasch und vollständig aus der Ökonomie unseres Körpers wieder hinaus zu maßregeln. Indem sich nun aber die Natur gegen den neuen Feind wendet, welcher ihr entweder in Gestalt starkwirkender und feindseliger, oder überhaupt in Gestalt fremdartiger Stoffe (Arzneistoffe) aufgezwungen wird, und den oft „kecken" und „dreisten" ärztlichen Eingriffen verzweifelten Widerstand entgegensetzt, um jene Stoffe durch die vielseitigsten Anstrengungen, wie z. B. durch reichliche Ausscheidungen mit Hilfe ihrer durch die Krankheit schon halb gelähmten Vorrichtungen für Schutz und Abwehr, aus dem Körper zu entfernen und schließlich auch diesen zweiten Feind — die Arzneikrankheit — zu bewältigen, werden trotzdem alle diese Bemühungen der Natur und das glorreiche Ergebnis jener Heilbestrebungen — die Wiedergenesung — als „heilsame" Folgewirkungen der verabreichten Arzneimittel registriert und letztere in Folge des berüchtigten Trugschlusses: „Weil darnach, folglich dadurch" zu Heilmitteln gestempelt.

Hierzu kommt noch, daß bei allen hitzigen, also bei allen fieberhaften Krankheiten die Arzneistoffe dem Kranken zu einer Zeit einverleibt werden, wo die Verdauung schwer darniederliegt, indem die Verdauungssäfte entweder vollständig fehlen, oder aber so mangelhaft abgesondert werden, daß man nicht mehr bestimmt weiß, welcher Art das in das Blut aufgenommene Medikament ist.

Auf diese Weise geschieht es, daß man also nicht allein mit der chemischen Natur des kranken Organismus, welcher durch chemisch wirkende Arzneistoffe „heilsam" beeinflußt werden soll, völlig unbekannt ist, sondern auch über die Natur der chemischen Wirkungen, welche das dargereichte Medikament entfalten soll, vollständig im Unklaren ist, mithin diese allopathische Art des Heilverfahrens darauf hinaus läuft, zwei unbekannte Potenzen, nämlich die chemische Natur des dargereichten Medikamentes und die auf chemischem Wege „heilsam" zu beeinflussende Natur des Kranken sich solange gegenseitig im Finstern bekämpfen zu lassen, bis der Kranke genest oder stirbt, oder aber die heftige (akute) Erkrankungsform in eine andauernde und langwierige (chronische) Erkrankungsform übergeht. Hieraus wird nun aber ersichtlich, daß der überwiegende Teil der allopathischen Heilmittellehre nichts anderes ist als ein Dogma, eine orthodoxe Glaubenssatzung indem das, was beispielsweise der Wiedergenesung voranging, alsbald als Ursache der Genesung betrachtet und als Heilmittel gepriesen wird. Es erklärt sich hieraus aber auch die falsche und unglückliche Auffassung des Publikums, daß es gegen jede Krankheit bestimmte und beinahe unfehlbare Heilmittel giebt und daß wenn ein Kranker stirbt, hierfür weniger die Art und die Hochgradigkeit einer Erkrankung verantwortlich gemacht werden, als vielmehr der Grund hiervon darin gesucht wird, „daß der Arzt nicht das richtige Mittel getroffen hat." — —

Aber selbst dann, wenn wir die Eigenart und die Besonderheiten des chemischen Mischungsverhältnisses in dem Körper eines Kranken, also die Individualität seiner Konstitution genau zu erkennen vermöchten, ferner wenn die endgiltigen Wirkungen der verschiedenen Arzneimittel genau erforscht wären und wenn wir endlich im Stande wären, einen Arzneistoff mit wissenschaftlicher Sicherheit und zwar unverändert an diesen oder jenen Krankheitsherd am menschlichen Körper zu dirigieren, was hätten wir thatsächlich erreicht? Wie würde es wohl geschehen können, daß ein Arzneistoff einen Tuberkel zum Tode zu vergiften vermag, ohne auf die flüssige und insonderheit leicht beeinflußbare organische Substanz, — das Blut — welches diesen Arzneistoff an den Ort seiner Bestimmung brachte, ebenfalls giftig und zerstörend einzuwirken? Mag z. B. der Arzt laut Rezept „gegen Epilepsie" oder „gegen Podagra" diesen oder jenen Arzneistoff nach dem Gehirn, wo erstere, oder nach der großen Zehe, wo letzteres seinen Sitz hat, adressieren, selbst wenn es in der Macht des allopathischen Arztes läge, diesen oder jenen Arzneikörper mit wissenschaftlicher Sicherheit unverändert an seine Versandtortsadresse zu dirigieren, würde wohl der dem Blute einverleibte Arzneikörper das Blut, in und mit welchem er den gesamten Organismus durchkreist, und letzteren selbst vollständig unbeeinflußt und unbehelligt lassen und erst da, wo es der Arzt für nötig hält, also in den erkrankten Regionen und Lokalitäten plötzlich seine chemischen Wirkungen entfalten? Bestehen ferner die zahllosen Neubildungen und Fremdbildungen, wie z. B. die zahlreichen gutartigen und bösartigen Geschwülste, die Ablagerungen von erdigen, kalkartigen Bestandteilen (verkreidete Tuberkel, Gichtknoten, Nierensteine, Blasensteine u. s. w.), die zahllosen Ausschwitzungen (Exsudate), wie sie alle entzündliche Krankheiten begleiten, nicht aus denselben organischen Bestandteilen wie unser Körper, ja in vielen Fällen sogar aus weit widerstandsfähigeren und festeren Materialien als dieser selbst und insonderheit als das Blut? Treten vielleicht die Naturgesetze außer Kraft, solange jene Arzneistoffe die Blutbahnen passieren, bis sie den Ort ihrer Bestimmung erreicht haben? Oder verleugnen diese Stoffe vielleicht nur unterwegs ihre chemische Natur und entfalten dieselben erst in den kranken Bezirken ihre der Krankheit feindseligen, chemischen Wirkungen? Und wenn es in der That gelänge, einen Tuberkel oder eine andere Form einer krankhaften Ausschwitzung mit diesem oder jenem Arzneistoffe zu vergiften und unschädlich zu machen, wäre ein solches Heilverfahren nicht immer wieder eine Verwechslung der Wirkung mit der Ursache? Denn wenn es uns in der That gelänge, einen Tuberkel, oder eine andersartige, krankhafte Ablagerung zu beseitigen, würden wir in solchem Falle nicht blos den abgelagerten Stoff und die neugebildete Substanz, also die Wirkung der gestörten Harmonie, das Produkt der Krankheit beseitigen, anstatt die Ursache der Tuberkelbildung, also den krankhaften Zustand gestörter Harmonie zu beseitigen oder doch zu bekämpfen, welcher zu derartigen, regelwidrigen Absonderungen, Ausscheidungen und Ablagerungen Anlaß giebt?

Wer ist es aber, der die gesamte Ökonomie des menschlichen Organismus überwacht, sie in ihrer Thätigkeit anregt und reguliert? Es ist

dies, wie wir bereits sahen, jene wunderbare Substanz, aus welcher das Nervensystem, diese vollkommene Betriebsleitung unseres Körpers gebildet ist und aus welcher die tausend und abertausend elektrischen Kabel und alle die Mittel und Werkzeuge gefertigt sind, die den Körper in Gestalt von Nerven allseitig durchdringen und seine gesamte, wirtschaftliche Thätigkeit leiten und regulieren. An dieses „geistige Prinzip", an diese „Lebenskraft" (Vitalität), an diese „sensorielle Energie", oder wie immer wir die Bethätigung jener Substanz nennen mögen, die wir in ihrer planmäßigen, systematischen Anordnung und Veranlagung, als Nervensystem zu bezeichnen pflegen und die durch ihre elektrischen und elektromagnetischen Kräfte, durch welche sie auf den Organismus wirkt, ihn lenkt, alle seine Bethätigungsweisen regelt und einhellig macht, alle wirtschaftlichen Prozesse in harmonischem Gleichgewicht erhält — und das ist Gesundheit — und dieses harmonische Gleichgewicht, wenn es durch überlegene Einflüsse gestört wurde — und das ist Krankheit — wieder herzustellen bestrebt ist und in der Mehrzahl der Fälle wieder herzustellen im Stande ist, an diese Substanz, in welcher, wie wir bereits weiter oben sahen, nicht blos die gesamte Betriebsleitung, sondern auch die höchste Aufsichtsbehörde, der Wohlfahrts- und Sicherheitsausschuß unseres Körpers von den höchsten bis zu den subalternsten Beamten verkörpert ist, an diese höchste, letzte und mächtigste Instanz müssen wir appellieren, wenn wir bei Zuständen gestörter Harmonie, also bei Krankheiten aller Art, den denkbar größten und gründlichsten Heilerfolg erringen wollen.

Die Natur (also die den Konstruktionsmaterialien des menschlichen Organismus innewohnenden, eingeborenen Kräfte) erneuert aus eigener Machtvollkommenheit alle die zahlreichen Bestandteile des kunstvollen Maschinismus, wie ihn jedes Lebewesen darstellt, durch den Prozeß der Ernährung und des Stoffwechsels und sie vermögen es auch, etwaige, in den Ernährungsprozessen eintretende Störungen zu beseitigen und auf diese Weise die ursprüngliche Harmonie, also die Gesundheit wieder herzustellen.

Sobald wir also erkrankt sind, können wir uns entweder mit vollem Vertrauen ausschließlich der ärztlichen Behandlung der Natur überlassen, ohne alle anderweitige Beihilfe, oder wir können außerdem die Natur in ihren Heilbestrebungen unterstützen. In der unendlichen Mehrzahl der Fälle wird alsdann die Natur, wenn wir ihr die ungestörte Anwendung aller jener zahlreichen, mächtigen und naturgemäßen Heilmittel, welche ihr für jeden Mangel und Notfall zur Verfügung stehen, unser Vertrauen glänzend rechtfertigen. Auf diese Weise wird das erkrankte System allen den Gefahren entrückt, denen es durch die oft durchaus naturwidrige Behandlungsweise und durch die orthodoxen Methoden der allopathischen Schule ausgesetzt ist, indem durch jene die Naturheilkraft, also der uns eingeborene Leibarzt, gezwungen wird, mit zwei Übeln zu kämpfen, nämlich mit der Krankheit und mit dem Arzneimittel. Je seltener aber die Patienten einwilligen, mit jenem Rüstzeug der allopathischen Ärzte, mit Kalomel oder mit Jodkalium, mit Blutegeln oder Schröpfköpfen und tausend anderen Waffen der allopathischen Rüstkammer

die Natur in ihren ärztlichen Heilbestrebungen zu stören, oder aber sie zu ermorden, desto häufiger und allgemeiner wird man das dankbare Geständnis der Wiedergenesenen vernehmen, „daß sich ihre Natur von selbst geholfen habe". — —

Diejenigen aber, denen das eigene Leben und die eigene Gesundheit, oder Gesundheit und Leben ihrer Angehörigen viel zu sehr am Herzen liegen, um sich und ihre Angehörigen leichtfertigen oder dreisten Arzneiversuchen als „Versuchsmaterial" zu überlassen, sie werden bemüht sein, die Natur in ihren Heilbestrebungen noch besonders durch alle ihnen zu Gebote stehenden Mittel des sogenannten Naturheilverfahrens zu unterstützen, jene Heilbestrebungen der Natur, welche darin bestehen, die gestörte Harmonie mit denselben Mitteln wieder herzustellen, mit denen die Natur überhaupt auch in gesunden Tagen das lebendige Getriebe unseres Körpers lenkt und regiert.

Diese Beeinflussung aber des siechen und kranken Organismus mit **ganz denselben Mitteln und Kräften**, mit Hilfe derer die oberste Betriebsleitung alle Geschehnisse in dem großen, kunstvollen und verbrüderten Bau des menschlichen Körpers lenkt und regiert, **dieses Heilverfahren ist das Fundament der Naturheilkunde!** — —

WELLCOME LIBRARY INSTITUTE

Die Mission des Arztes.

Wenn die Ärzte von Anbeginn weit mehr die an Gelehrsamkeit, an Erfahrung und an Einfluß reiche und nie irrende Autorität der Natur befragt hätten, anstatt blos die oberflächliche Erfahrung falscher, aber zeitgeheiligter Autoritäten und die bloße Schulweisheit und Bürgergelehrsamkeit zu Rate zu ziehen, so würde es wohl um ihre „Wissenschaftlichkeit" etwas weniger gut, aber desto besser um ihr praktisches Können bestellt sein. Des Publikum verlangt aber vor allen Dingen, daß es um das praktische Wirken eines Arztes wohl bestellt sei und es verlangt dies mit Fug und Recht; denn der Kranke will vor allen Dingen genesen und grübelt nicht darüber nach, ob er „rationell", oder ob er „roh empirisch" gesundet; er düftelt nicht darüber, ob sich die ärztliche Schule, zu welcher sich Derjenige bekennt, der ihn heilt, mit einem lateinischen oder einem griechischen Beiwort schmückt und brüstet, mit anderen Worten: er fragt nicht darnach ob er „allopathisch" oder „homöopathisch" oder „hydropathisch" gesundet, oder ob ihm „rationell" oder „roh empirisch" durch einfache Hausmittel seine Gesundheit wiedergegeben wird.

Anstatt aber aus dem Munde der höchsten, ältesten und zuverlässigsten Autorität, aus dem Munde der Natur Belehrung zu empfangen, haben es die orthodoxen Lehren fadenscheiniger Autoritäten dahin gebracht, daß sich die praktische Heilkunde viele Jahrhunderte hindurch in denselben ausgefahrenen Geleisen bewegt hat, ohne nennenswerte Fortschritte zu machen, und orthodoxe Erziehung, gelehrte Unwissenheit und deren Trabanten, nämlich eisgraue Vorurteile und gelehrter Meinungsdünkel haben sich mit der Furcht vor der öffentlichen Meinung verbündet, um jenes Maß von Fortschritt zu verhindern, welches in einem erträglichen Verhältnis zu dem ungeheueren Aufwande an Zeit, an Mühe und an materiellen Hilfsmitteln, die man auf die Kultivirung des medizinischen Gebietes verwendet hat, stehen würde. Als eine Art von Ersatz für die ausgebliebenen, entsprechenden und thatsächlichen Fortschritte und Verbesserungen haben die Ärzte und Praktikanten eine unermeßliche Menge von Krankheitsnamen und Krankheitserscheinungen (Symptomen) registriert und angehäuft, und die empirischen, also auf die sogenannte Erfahrung gestützten Heilmittel haben sich in demselben Verhältnis vermehrt. Bei dieser oberflächlichen Art, medizinische Kenntnisse zu erwerben ist aber das Publikum ohne die physiologische und pathologische Belehrung geblieben,

die so allgemein not thut, und es sind erst in unserer Zeit vorurteilsfreie und uneigennützige Ärzte und wohlunterrichtete und menschenfreundlich gesinnte Laien aufgetreten, um dem Publikum physiologische und pathologische Belehrung zu bieten.

Die große von Tag zu Tag mächtiger werdende Reformbewegung, welche sich auf dem Gebiete der Heilkunde vollzieht und die nicht von Zünftigen, sondern von Unzünftigen ausgeht, ist nicht blos eine beredte Anklage gegen das zur Zeit herrschende, allopathische Heilsystem, sondern zugleich eine wohlbegründete Verurteilung der Unnatur jenes sozialen Zustandes, welcher ein Unrecht populär und achtungswert macht. Oder ist es nicht einer der ungesundesten, gesellschaftlichen Zustände, daß der Arzt mit dem Erwerb seiner Subsistenzmittel nicht auf die Erhaltung der Gesundheit, sondern auf die Krankheit seiner Mitmenschen angewiesen ist, mithin seine Existenz sich auf einem Fundamente von Unrecht und Lieblosigkeit und auf dem Interesse an dem Unglück seiner Mitmenschen aufbaut? Dieser innere Widerspruch in der Lebenslage der Ärzte mit ihrem eigentliche Berufe macht es auch erklärlich, warum schließlich der Gesundheitsinstinkt des Volkes mit dem wirtschaftlichen und sozialen Selbsterhaltungstriebe der Ärzte in das schärfste Handgemenge geraten ist. Es wurde schon weiter oben hervorgehoben, daß Niemandem das Recht streitig gemacht werden kann, „sich selbst kennen zu lernen", daß aber dieses Recht des medizinischen Unterrichtetseins über die Natur und Beschaffenheit des eigenen Körpers und ein demgemäßes Handeln nicht in Jedermanns Besitz ist; denn wie wir sahen, betrachten die Ärzte dieses Gebiet mit allem Zubehör und allen sich daraus herleitenden Nutznießungen als eine ihnen ausschließlich zugehörige Domaine. Sie bewahren und benützen dieses Wissen, welches als Schlüssel zu einem gesunden und deshalb glücklichen Leben gilt, als eine Art Zunftgeheimnis und ihre Geschäftsklugheit verbietet es ihnen, derartige Kenntnisse zu einem Gemeingut zu machen. Die Laien verlangen aber jetzt jene bis dahin geheimgehaltenen Kenntnisse zurück, indem sie den ausschließlichen Besitz derselben in den Händen der Zünftigen als ein ihnen vorenthaltenes Recht und Eigentum betrachten. Sobald nun aber das Laientum wieder in den Besitz jenes Schlüssels zu dem Geheimnis der Gesundheit, welcher bislang als ein Zunftgeheimnis in der angeblich sich für unser leibliches Heil interessierenden Priesterkaste von Geschlecht zu Geschlecht weiter erbte, gelangt sein wird, wird auch alle medizinische Pfuscherei und Quacksalberei eines natürlichen Todes sterben.

Die Thatsache, daß zur Zeit jene physiologischen Grundgesetze, welche die Erscheinungen der menschlichen Natur beherrschen und die Lebensthätigkeit unseres Körpers lenken, nicht bereits von früher Jugend auf durch die Schule zu einem Gemeingute gemacht werden, sondern als ein unantastbares Privateigentum der Ärzte und Gelehrten gelten, schafft den Ärzten ihre Existenz und Subsistenz.

Anstatt einen allgemeinen, planmäßigen und systematischen Kampf gegen die letzten Ursachen der Krankheiten zu führen, führen die Ärzte gegen Krankheiten, Laster und Elend, also gegen die Folgen

jener Unwissenheit und gegen die hieraus entspringenden Gewohnheiten aller Art einen Guerillakrieg und deshalb kämpfen sie auch wenig erfolgreich und zwar thun sie dies gegen ein zu entrichtendes Entgelt.

Sobald die Kenntnis des menschlichen Körpers, der Gesetze, welche seine Organisation und seine Bethätigungsweise in gesunden und in kranken Tagen beherrschen, ferner die Kenntnis der Vorbedingungen, um Krankheiten zu verhüten, oder die verlorene Gesundheit wieder zu erlangen, ein Gemeingut geworden sein wird, werden wir auch eine Volksmedizin, eine Naturheilkunde — die Medizin der Zukunft — besitzen. Nur dann erst wird die Heilkunde den großen Nutzen zu stiften vermögen, den sie zu stiften berufen ist. Die sichersten und rühmlichsten Erfolge werden alsdann auch auf dem Gebiete der öffentlichen Gesundheitspflege errungen werden; denn auf diesem Gebiete kann besonders auch die größte und menschenfreundlichste Aufgabe eines gewissenhaften und uneigennützigen Arztes, die Aufgabe, *Krankheiten zu verhüten*, gelöst werden. Je mehr das Publikum mit den Grundsätzen und Erfahrungen, gemäß deren die Gesundheit erhalten werden kann, und mit vernunftgemäßen Heilmethoden vertraut wird, um so mehr muß sich das Verhältnis zwischen den Ärzten und der Gesellschaft ändern, um so mehr muß sich die schönste, weil menschenfreundlichste Kunst des Arztes, *die Kunst sich überflüssig zu machen*, goldene Früchte tragen. Wer die menschliche Natur kennt, wie sie sich unter dem Einflusse der bereits weiter oben erwähnten Unnatur der Lebenslage der Ärzte entwickeln muß, der wird es auch verständlich finden, daß jene goldenen Früchte keineswegs für *alle* Ärzte gleich begehrenswert sind. Viele sind berufen, aber Wenige sind auserwählt! Der Mehrzahl kann nicht die Fülle allgemeiner Gesundheit, welche sich von jenem Tage an über die menschliche Familie verbreiten wird, als glänzendes Honorar gelten, sondern ihr schimmerndes Ziel ist eine einträgliche Praxis, die bei der Art, wie zur Zeit die Ärzte für ihre Bemühungen belohnt werden, ihr Fundament nicht in einer allgemeinen Gesundheit, sondern in den zahlreichen Formen von Krankheiten und menschlichen Elend hat. Die beispiellose, *chronische Unwissenheit* der Menge in medizinischen Dingen vermochte sich auf keinem anderen Gebiete, selbst nicht auf dem Gebiete der fabelreichen Theologie so lange zu erhalten, als auf dem Gebiete der Heilkunde; ist doch auch jetzt noch die Medizin für eine beklagenswert große Anzahl von Laien mehr ein Gebiet des Glaubens und seines blödsinnigen Bruders des Aberglaubens, als ein Gebiet des Wissens. Um so erfreulicher ist es, daß nun endlich auch die Altäre des medizinischen Aberglaubens zu wanken beginnen und ein medizinisches Götzenbild nach dem andern in den Staub sinkt, um der verdienten Vergessenheit anheimzufallen. Je zahlreichere Altäre der Unwissenheit und des medizinischen Aberglaubens aber zerstört werden, desto hinfälliger wird die Geheimnisthuerei der Ärzte, desto größer wird die Rücksichtnahme für die Wohlfahrt der Gesellschaft, desto schmächtiger wird allerdings auch der finanzielle Erfolg, da, wie natürlich, die Dienste der Ärzte um so weniger gesucht werden, je mehr sich die persönliche und die allgemeine Gesundtheit hebt. Jemehr

man wieder die Natur walten läßt, von der wir uns unter Anleitung nicht blos des unstudierten, sondern auch des studierten Irrtums und Unverstandes soweit entfernt hatten, desto weniger bedarf es der Kunst.

Deshalb ist es ganz besonders die Pflicht der vom Staate anerkannten und privilegierten medizinischen Schule, also Pflicht der allopathischen Schule, das Publikum über die vermeintliche und über die eigentliche Kunst der Medizin, also der Arzneiheilkunde aufzuklären und — zu enttäuschen, damit das Laienpublikum urteilsfähig werde, um das Wahre und Glaubwürdige von dem Willkürlichen, Unbegründeten und Irrtümlichen unterscheiden zu können. Die allopathischen Ärzte sind hierzu ganz besonders verpflichtet, da sie derjenigen Schule angehören, welche sich mit dem stolzen Titel der „rationellen" d. i. der vernunftgemäßen Heilkunde schmückt und brüstet.

In demselben Maße aber, als die Ärzte die Laien über diese wichtigen Gegenstände aufklären, werden sie an Vertrauen, Selbstachtung und an ärztlichem Erfolge gewinnen. Denn durch die falsche Stellung, welche die Ärzte dem Publikum gegenüber dadurch einnehmen, daß ihr Interesse zur Zeit auf das Unglück, weil auf die Krankheit ihrer Mitmenschen, anstatt auf die Gesundheit und das Wohlbefinden derselben gestellt ist, ferner durch die Geheimnisthuerei und durch die Interesselosigkeit an dem allgemeinen Wolbefinden wird die Anzahl Derjenigen vermehrt, welche in der Krankheit, also in dem Unglück ihrer Mitmenschen Beschäftigung und Nutzen suchen. Die Aufgabe, jene medizinischen Kenntnisse volkstümlich und zu einem Gemeingut zu machen, erscheint für den ersten Augenblick gewaltig und beinahe unlösbar.

Die wirkliche Wissenschaft darf aber populär werden, ohne fürchten zu müssen, dadurch Schaden zu erleiden, nur Jene, welche die Wissenschaft als eine milchgebende Kuh betrachten, oder Jene, welche die Zunftgelehrsamkeit mit der Wissenschaft verwechseln, dürfen nicht populär werden. Denn das Volkstümlichwerden der wirklichen Wissenschaft vermag der wahren Größe derselben niemals Abbruch zu thun, während die Scheingröße, die Afterwissenschaft oder die fadenscheinige Autorität des gelehrten Handwerks eine Popularisierung nicht verträgt. Die wahre Wissenschaft beeinflußt uns durch die Natur der Sache selbst und durch die Macht, die jedem gesunden, gründlichen und praktischen Wissen innewohnt. Daher tritt auch jene schlicht und einfach auf und imponiert ohne es zu wollen, während die letztere gravitätisch auf Stelzen einherschreitet, um das zu scheinen, was sie nicht ist.

Nichts ist dem Fortschritte unter den Mitgliedern einer Korporation oder Zunft so hinderlich, als der Umstand, daß sämtliche Mitglieder derselben von Anbeginn auf denselben orthodoxen Wegen vorwärts schreiten und weiterhin diese ihre einseitige Erziehung, ihre Lebensstellung oder aus Stolz und Dünkel, im Vorurteil sich mit der Furcht vor der öffentlichen Meinung verbünden, um die Zünftler von allem wirklichen Fortschritt fernzuhalten.

Ein Schein des Fortschritts wird allerdings durch die Anhäufung einer unermesslichen Menge von Äußerlichkeiten, von Krankheitsnamen

und Krankheitssymptomen gewährt, aber in Wirklichkeit ist ein Heilverfahren unwissenschaftlich und irrationell, also nicht „vernunftgemäß" (rationell) wie es die allopathische Schule von sich zu behaupten pflegt, welches gegen die Wirkungen kämpft, anstatt gegen die Ursachen der verschiedenen Krankheitsübel anzukämpfen. Da aber die Krankheiten nicht Ursachen, sondern Wirkungen sind, so folgt hieraus, wie ungemein schädlich der allgemein verbreitete Aberglaube wirken muß, daß die Ärzte dazu bestimmt seien, nur Rezepte zu verschreiben.

Die wahre Mission des Arztes besteht darin, Krankheiten zu verhüten d. h. jene Übel, deren Folgen und Wirkungen die Krankheiten sind, zu beseitigen oder unschädlich zu machen, während es als eine wenig fruchtbare und beinahe verfehlte Mission der Ärzte angesehen werden muß, ihren Beruf darin zu finden, die Krankheiten, also die Folgen wirkungen jener ursächlichen Übel mit Arzneiverordnungen niederfechten zu wollen. Unverdaulichkeiten und Verstopfungen, Magenkatarrh und Fettleber, Podagra (Zipperlein) und Nervenleiden und hundert andere, allgemein verbreitete Gebreste und Siechtümer, welche die Ärzte behandeln und welche zu heilen sie sich bemühen, sind Übel, welche solange nicht bewältigt werden können, als man dieselben als Übel an sich betrachtet, anstatt dieselben als Folgewirkungen bestimmter leiblicher, moralischer und sozialer Ursachen zu erkennen und zu bekämpfen. Hieraus wird es auch erklärlich, warum die Ärzte besonders über den unbeugsamen und halsstarrigen Charakter der chronischen (langwierigen, andauernden) Krankheiten bittere Klage erheben; die Krankheiten und Siechtümer als Folgewirkungen jener Ursachen, die in leiblichen, moralischen und sozialen Übelständen liegen, müssen um so andauernder (chronischer) und hartnäckiger sein, je unverändeter und unangefochtener jene Ursachen fortbestehen.

Aus eben diesem Grunde begrüßten wir weiter oben den Nihilismus als eine der erfreulichsten Erscheinungen auf dem Gebiete der Gesundheitspflege; denn die Zweifelsucht der Jünger der allopathischen Heilkunde hinsichtlich des praktischen Wertes derselben bei der Behandlung von Krankheiten, wie auch der täglich wachsende Unglaube der Laien, bewirkt es, daß die Ärzte täglich Fortschritte in der Aufrichtigkeit und in der Wahrheitsliebe machen und dadurch die Erfüllung des lebhaftesten und natürlichsten Wunsches jedes wahrheitsliebendes Arztes, die Erfüllung des Wunsches: aus seiner falschen Stellung heraustreten zu können, immer näher rückt.

Die wahre Mission des Arztes ist es, leibliche Gesundheit zu verbreiten und durch sie Glück und Zufriedenheit zu einem Gemeingut zu machen; denn ohne Gesundheit ist weder wahres Glück noch vollkommene Zufriedenheit denkbar.

Wieweit sich aber der ärztliche Beruf von dem Pfade dieser hohen Mission entfernt hat, geht aus den niederdrückenden und beschämenden Gefühle hervor, welches jeden aufrichtigen und wahrheitsliebenden Arzt, der sein Walten nicht blos als Geschäft und schnöden Gelderwerb, sondern als Beruf betrachtet, beschleicht, wenn er sich die Thatsache vorhält, daß

wohl sein Wissen im Boden der Wahrheit wurzelt, daß aber sein ärztliches Thun und Handeln nicht auf wissenschaftlichen Boden fußt, also wohl seine Bemühungen, die Krankheiten zu erkennen (diagnostizieren) wissenschaftlich, aber die große Mehrzahl seiner therapeutischen (die Heilung bezweckenden) Bemühungen durch und durch unwissenschaftlich sind.

Selbst dann aber, wenn es in der That die höchste Mission des Arztes wäre, Krankheiten zu heilen, anstatt dieselben durch Bewältigung der Krankheitsursachen zu verhüten, so würde der allopathische Arzt doch immer das niederdrückende Bewußtsein haben müssen, daß er einen großen und edlen Zweck durch falsche und unwissenschaftliche, oder durch unzureichende und äußerst mangelhafte Mittel anzustreben gezwungen ist.

Da aber, wie wir bereits weiter oben sahen, der höchste Beruf des Arztes keineswegs darin besteht, bloß Krankheiten zu heilen und Schmerzen zu lindern, sondern die edelste Mission des Arztes darin liegt, Krankheiten zu verhüten, also die Gesundheit so viel immer möglich zu einem Gemeingut zu machen, so ist ein schreiender, sozialer Mißstand, daß das finanzielle Interesse des Arztes nicht auf die Gesundheit, sondern auf die Krankheit und deren Verbreitung unter Denjenigen angewiesen ist, welche imstande sind, seine ärztlichen Bemühungen hinreichend zu belohnen. Auf solche Weise ist gleich von vorn herein das materielle Interesse des Arztes in den schroffen Gegensatz zu seiner Berufspflicht gesetzt und der Arzt ist in die beklagenswerte, verführerische Stellung gedrängt, sobald er den Antrieben seines persönlichen Vorteils folgen will, um dieses Vorteils willen das thun zu müssen, was seiner ärztlichen Pflicht und seinem Streben nach Wahrheit entgegensteht! — —

Welches dunkle Heer von Krankheiten und Siechtümern und welche Menge von dem aus ihnen hervorgehenden Jammer und Elend würden aus der Welt fortgenommen werden, wenn es in das materielle Interesse der Ärzte gelegt würde, physiologische und andere gesundheitsdienliche Wahrheiten zu verbreiten und einzuschärfen und naturgemäße, mithin vernunft- und gesundheitsgemäße Kenntnisse zu einem Gemeingute zu machen.

Wenn also der Arzt im Verhältnis zu jener Summe von Gesundheit belohnt würde, welche besteht, und die zu erhalten und zu vermehren sein Amt und sein Beruf ist, wenn also der Arzt ein Gesundheits-Beamter der Gesellschaft wäre, dann würde sein materielles Interesse mit dem Bemühen zusammenfallen, alle seine Talente, alle seine Kunst, sein gesamtes Wissen und alle seine geistigen, körperlichen und moralischen Kräfte daranzusetzen, um Krankheit und Siechtum und alle aus ihnen entspringenden leiblichen, geistigen und moralischen Uebel zu verhüten.

Gegenwärtig findet sich aber das materielle Interesse des Arztes nur da angezogen, wo Krankheiten wuchern, da sich sein glorreicher Beruf in die Unnatur verkehrt hat, sich nicht für die Gesundheit und das

Wohlergehen, kurz für das leibliche und geistige Gedeihen der Menschen zu interessieren, weil dieses ihn brodlos läßt, sondern Interesse für das Bestehen von Krankheiten und von leiblichen und geistigen Gebresten aller Art, mithin für das Interesse zu empfinden, was er für seine ärztlichen Bemühungen diesen gegenüber empfängt.

Unter solchen Verhältnissen, also bei der Unnatur der gesellschaftlichen Stellung des Arztes, mußte es auch geschehen, daß der ärztliche Beruf in vielen Fällen zum bloßen Handwerk und zum schnöden Gelderwerb herabgesunken und herabgedrückt worden ist. Hierdurch ist der Arzt gezwungen, seiner eigentlichen glorreichen Mission: Gesundheit und leibliches Wohlergehen in dem Maße zu verbreiten, daß sie zu einem Gemeingut werden und er auf solche Weise sich selbst überflüssig macht, den Rücken zu kehren, weil es in seinem finanziellen Interesse liegt, daß das Publikum so krank und leidend als nur immer möglich ist, mithin dieser und jener Arzt durch bittere, allen gemeinnützigen und hochherzigen Bestrebungen totfeindliche, soziale Not dahin gebracht wird, daheim im stillen Kämmerlein den Himmel um eine ausgiebige Epidemie anzuflehen. Der Arzt vermag nur dann erst sich jenen hochherzigen und gemeinnützigen Bestrebungen hinzugeben und jene menschenfreundlichen Wohlthaten an der Gesundheit der Gesellschaft um sich her zu verbreiten, die zu verbreiten er durch seine glorreiche Mission insonderheit berufen ist, wenn er ein fixierter Gesundheitsbeamter der Gesellschaft ist. Wohl bemerken wir eine kleine Schar, welche selbstlos und menschenfreundlich gesinnt, das Banner des wahren ärztlichen Berufs hochhält und unter beständigem und edlem Ringen bemüht ist, das Herabsinken des ärztlichen Berufs zum bloßen geschäftsmäßigen Gelderwerb zu verhüten, aber so wacker auch diese kleine Saar kämpft, so ringt sie doch vergeblich mit den Folgewirkungen, welche die Unnatur der sozialen Stellung des Arztes in der heutigen Gesellschaft nach allen Seiten hin ausstrahlt, und Dieser und Jener wird durch jene Ausstrahlungen dahin überzeugt, daß er sich vor den brutalen Attentaten sozialer Not nur zu retten vermag, daß er sich in den Schutz verheißenden Hafen eines gutrentierenden Ehebündnisses flüchtet.

Die Gesundheitsinteressen des Publikums und das wohlverstandene, materielle Interesse des Arztes müssen aufhören, sich beständig zu widerstreiten und es müssen Einrichtungen getroffen werden, welche die beiderseitigen Interessen zwingen miteinander Hand in Hand zu gehen.

Welche herrliche Fernsicht eröffnet sich für das kranke und leidende Menschengeschlecht, sobald der Arzt für die Gesundheit, welche er erhält und verbreitet, honorirt würde, anstatt daß man ihm, wie es zur Zeit geschieht, erst dann seine Subsistenzmittel bietet, wenn man der Gesundheit verlustig ging und die Existenz und die Subsistenz eines Arztes um so gesicherter erscheint, je allgemeiner Krankheiten und Siechtümer aller Art wuchern. Kann wohl unter solchen Umständen der Arzt beständig seiner hohen Mission eingedenk sein, wo sein wohlverstandenes Interesse — und das materielle Interesse ist das lenkende Prinzip in dem Alltags-

getriebe der heutigen Gesellschaft — ihn beständig darauf hinweist, sich mehr für die Krankheit als für die Gesundheit der Gesellschaft zu interessieren?

Es erscheint fast wie ein unlösbares Rätsel, daß der Staat, welcher höchst beeifert für das Seelenheil des Einzelnen sorgt, die Sorge um das leibliche Heil und um die persönliche Gesundheit jedem Einzelnen selbst überläßt. In allen Distrikten finden wir zahlreiche Sprengel, in welchen durch Schulen, Kirchen und ähnliche Anstalten jedem Einzelnen von frühester Jugend auf bis zu dem Augenblicke, wo er in die Grube sinkt, seelensorgerische Ratschläge und seelenärztlicher Beistand gewährt wird, und Staat und Gemeinde gemeinschaftlich das Honorar für diese seelensorgerischen Konsultationen aufbringen, während andererseits ausgebreitete Bezirke vorhanden sind, in welchem wir stundenweit vergeblich nach einem leibsorgerischen Beistande suchen würden, weil in diesen ärmlichen oder dünn bevölkerten Distrikten ausreichende Mittel fehlen, um den Arzt für seinen Beistand zu belohnen, mithin einer solchen Gegend alle und jede Anziehungskraft fehlt, welche im Stande wäre, einen Arzt herbeizuziehen. Und doch kann wohl kaum eine gemeinnützigere und menschenfreundlichere Aufgabe gedacht werden, als überall, und für Jedermann nicht blos Anstalten, in denen die bresthaften Seelen, die Geistes-Hospitaliten, Heilung oder Trost und Linderung für ihre geistigen Gebreste suchen, also Kirchen, und nicht blos Anstalten, in welchem Jeder sein Recht suchen kann, also Gerichtsämter, vorhanden sind, sondern auch Stätten errichtet werden, an welchen vom Staate besoldete Gesundheitsbeamte stationirt werden, welche den mit leiblichen Gebresten und Siechtümern Behafteten, wenn erforderlich unentgeltlichen Rat und Beistand gewähren; denn das Verlangen nach unentgeltlicher Seelsorge, nach unentgeltlichem Schulunterricht, nach unentgeltlicher Rechtspflege und (fügen wir hinzu) nach unentgeltcher, nicht blos allgemeiner, sondern persönlicher Gesundheitspflege ist eine zu gerechte Forderung und und wird bald so laut und allgemein erschallen, daß sie nicht mehr für lange Zeit ungehört und unverhört verhallen wird. Schon hat das Bedürfnis an ärztlichem Beistande auf dem platten Lande und in ärmlichen Distrikten sich in dem Verlangen nach Heilgehilfen kund gegeben und gerechtdenkende und menschenfreundliche **Laien** haben die materiellen Hilfsmittel zur Ausbildung derselben angestrebt und errungen, während die in der Atmosphäre der ersten Hochschule Deutschlands seßhafte, ärztliche **Zunft** sich beeilt hatte, die Bemühungen avanzierter Köpfe und menschenfreundlich gesinnter Männer behufs der Verwirklichung jener notwendigen, gerechten und menschenfreundlichen Einrichtungen durch ein ablehnendes **Zunft**-Votum zu vereiteln und dadurch Zeugnis abzulegen, welcher orthodoxe Geist diese Körperschaft beseelt und wie wenig ihr zur Zeit noch von jener Summe menschenfreundlicher Selbstlosigkeit innewohnt, die erforderlich ist, um die erforderliche Mission eines uneigennützigen und wahrhaft menschenfreundlichen Arztes, die schöne Mission: **sich selbst überflüssig zu machen**, erfüllen zu können. — —

Aber die Zeit ist nahe, wo die Gesellschaft die Sorge für ihr leib-

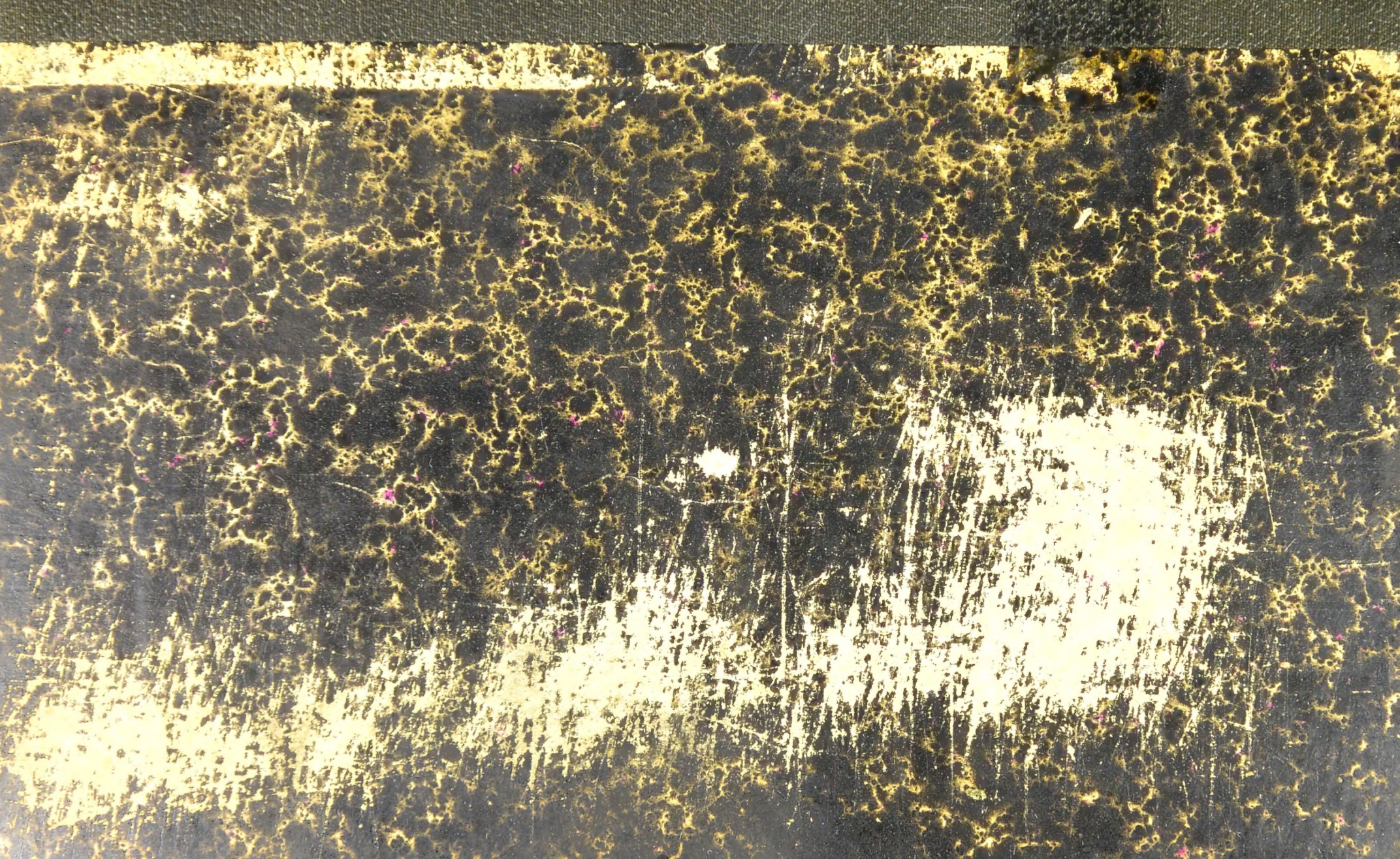
liches Wohl in die eigenen Hände nehmen und sich organisieren wird, um die Ärzte für denjenigen Beistand zu belohnen, welchen dieselben für die Tage, welche wir in dieser oder jener Krankheit, die durch ärztlichen Rat, also durch pathologische und physiologische Belehrung hätte verhütet werden können, ganz geringfügig zu honorieren oder sie vollständig unbelohnt zu lassen. Wollen die Ärzte ihren wahren Beruf, Krankheiten zu verhüten und der Gesellschaft nicht blos als Heilgehilfen in Krankheiten, sondern insonderheit als den Gesundheitszustand der Gesellschaft überwachende, erhaltende und befördernde Beamte zu dienen, nicht erfüllen, nun so ist die Zeit gekommen, wo die menschliche Familie sich zu einem Krankheiten verhütenden, also zu einem die Gesundheit erhaltenden, Verbande vereinigen und organisieren wird, um die unermeßlichen finanziellen Mittel, welche sie jetzt für die Bemühungen der Ärzte und für das Interesse, welches dieselben für die Krankheiten des Publikums haben und haben müssen, nicht in Krankenkassen, sondern in mächtigen, segenspendenden Gesundheitskassen niederzulegen und jene Ärzte als Freiwillige aufzurufen und zu ihren Gesundheitsbeamten zu machen, welche hinreichende Liebe zu ihrem wahren Berufe besitzen.

Auch müssen die Ärzte aufhören, der unglückseligen Gewohnheit, der sie gemäß ihrer orthodoxen Erziehung ewige Treue geschworen zu haben scheinen, nachzuhängen, daß Einer beinahe für Alle denkt und daß es deshalb geschieht, daß was beispielsweise Virchow denkt, fast alle übrigen Ärzte ihm nachdenken und Das, was er irrt, beinahe Alle ihm nachirren.

Die Ärzte müssen vielmehr anfangen, sich ein Gewissen daraus zu machen, nicht mehr der abergläubischen, von ihnen selbst verschuldeten Arzneimittelsucht der Laien nachzugeben, ihr Rechnung zu tragen oder ihr sogar Vorschub zu leisten, sondern sie müssen es sich zur ersten Pflicht machen, nichts anderes als Diätetik und Hygieine, also Lebensordnung und Gesundheitskunde überhaupt zu lehren und auf diese Weise Heilkunde und die Heilkunst in Eins, also in eine wahre Heilwissenschaft zu verschmelzen und sie müssen es in allen ihren Vereinen zum Hauptparagraphen ihrer Statuten und zur unerläßlichen Vorbedingung der Aufnahme in diese ihre Vereine das Bekenntnis machen: daß der Eintretende dem Irrwahn des Arzneimittelglaubens in keiner Weise Rechnung tragen will.

Es ist die hehre Aufgabe der Ärzte, das Publikum über den tiefgehenden, erblichen Einfluß zu belehren, welchen die Eltern auf die zukünftigen Generationen durch die Zeugung ausüben, und klar zu stellen, welche Herrschaft die umgebenden Umstände über die leibliche, geistige und sittliche Natur unserer Organisation ausüben und daß sie deren Gesundheit oder Krankheit bedingen und welchen mächtigen Einfluß das „geistige Prinzip", also die Nervensubstanz auf das gesamte organische Getriebe des menschlichen Körpers ausübt und dasselbe fördert oder schädigt.

Bei jenen Krankheiten, denen der Arzt zur Zeit nicht vorzubeugen vermag, ist es eine ebenso schöne, als schwierige und segensreiche Aufgabe für den Arzt: die Naturheilung zu unterstützen, indem er hier die

allzugroße Energie ihres Heilbestrebens mäßigt, dort das unzureichende Heilbestreben derselben anfacht und bethätigt, hier ein für dieselbe unübersteigliches, oder nur mit großem, erschöpfenden Kraftaufwande zu überwindendes Hindernis aus dem Wege zu räumen, dort ihrer erlahmenden Kraft mit Stärkungsmitteln — aber nicht mit Arzneistärkungsmitteln, denn die giebt es nur für den Arzneimittelaberglauben — zu Hilfe zu kommen und auf diese Weise ihr die für die Wiedergenesung erforderlichen Bau- und Betriebsmaterialien in der richtigen Beschaffenheit, in der erforderlichen Menge und zur gehörigen Zeit zuzuführen. —

Die eigentliche und höchste Aufgabe, die wahre Mission des Arztes aber ist es und wird es bleiben: **Krankheiten zu verhüten**, mithin schon an die Ursachen der leiblichen, geistigen und sittlichen Übel der künftigen, noch ungeborenen Geschlechter die vorbeugende, ärztliche Hand anzulegen, indem der Arzt, soweit er es vermag, die Schleusen der Unnatur, der Ausschweifung und der fehlerhaften Erzeugung, aus deren unreinen Kanälen die Übel der zukünftigen Generationen in Gestalt leiblicher, geistiger und sittlicher Schwächen und Gebrechen hervorgehen, durch Rat und Belehrung verschließt. — —